

Министерство образования и науки РТ  
ГАПОУ «Казанский радиомеханический колледж»

Рассмотрено  
на заседании ПЦК \_\_\_\_\_  
Протокол № 1 от «2» сентября 2021 г.  
Председатель ПЦК \_\_\_\_\_



Утверждаю  
Зам. директора по УР  
Н.А. Коклогина  
\_\_\_\_\_ 2021 г.

**Комплект  
контрольно-оценочных средств  
по учебной дисциплине**

ОУД 07 «Основы безопасности жизнедеятельности»

код и наименование

основной профессиональной образовательной программы (ОПОП)  
по ППССЗ

11.02.01 «Радиоаппаратостроение»

код и наименование

базовой

подготовки

базовой или углубленной (выбрать для ППССЗ)

Казань, 2021 г.

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе примерной программы учебной дисциплины ОУД 07 «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций (Рекомендовано ФГАУ «ФИРО» в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования. Протокол №3 от 21.07.2015 г. с изменениями от 07 августа 2017 г. - Приказ Минобрнауки России от 29 июня 2017 г. № 613).

Разработчики:

ГАПОУ КРМК

\_\_\_\_\_

(место работы)

преподаватель

(занимаемая должность)

Ливадная А.А.

(инициалы, фамилия)

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебной дисциплины:
  - 3.1. Формы и методы оценивания
  - 3.2. Типовые задания для оценки освоения учебной дисциплины
4. Контрольно-оценочные материалы для промежуточной аттестации по учебной дисциплине
5. Приложения. Задания для оценки освоения дисциплины

### 1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств

В результате освоения учебной дисциплины ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по ППССЗ 11.02.01 «Радиоаппаратостроение» базовой подготовки следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями:

**Л 1** развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

**Л 2** готовность к служению Отечеству, его защите;

**Л 3** формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

**Л 4** исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

**Л 5** воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;

**Л 6** освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

**ЛР 3** 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.

**МП 1** 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;

**МП 2** 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;

**МП 3** формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

**МП 4** приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

**МП 5** приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

**МП 6** формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

**МП 7** формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

**МП 8** развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

**МП 9** формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

**МП 10** развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

**МП 11** освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

**МП 12** приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

**МП 13** формирование установки на здоровый образ жизни;

**МП 14** развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки.

**П 1** сформированность комплекс представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

**П 2** получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

**П 3** сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

**П 4** сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

**П 5** освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

**П 6** освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

**П 7** развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

**П 8** формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

**П 9** развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

**П 10** получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

**П 11** освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

**П 12** владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

Формой аттестации по учебной дисциплине является дифференцированный зачет.

**Паспорт  
фонда оценочных средств**  
по дисциплине ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности  
(наименование дисциплины)

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины*	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	Раздел 1. «Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья»	Л1, Л 3 – Л 5; МП 3 – МП 6, МП 10, МП 13 – 14; П 1, 4, 6.	Текущий контроль Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет
2	Раздел 2. «Государственная система обеспечения безопасности населения»	Л1 – Л6; ЛР 3; МП 1 – МП 14; П 1 – П 12.	Текущий контроль Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет
3	Раздел 3. «Основы обороны Государства»	Л1 – Л6; ЛР 3; МП 1 – МП 14; П 1 – П 12.	Текущий контроль Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет
4	Раздел 4. «Здоровый образ жизни»	Л1 – Л6; ЛР 3; МП 1 – МП 14; П 1 – П 12.	Текущий контроль Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет

\* Наименование темы (раздела) или тем (разделов) берется из рабочей программы дисциплины.

## 2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке

2.1. В результате освоения дисциплины обучающийся должен продемонстрировать предметные результаты освоения учебной дисциплины:

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Личностные:	
— развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;	Опрос Реферат самостоятельные работы контрольные работы рефераты самостоятельная работа аудиторная и внеаудиторная работа
— готовность к служению Отечеству, его защите;	
— формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;	
— исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);	
— воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;	
— освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;	
Личностные результаты реализации программы воспитания:	
- 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.	Реферат самостоятельные работы контрольные работы аудиторная и внеаудиторная работа дифференцированный зачет.
Метапредметные:	
— 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;	Индивидуально-проектные работы. Рефераты. Контрольные работы. Доклады. Сообщения. Презентации. Творческие работы.
— 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 и 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;	
Предметные:	

<p>— сформированность комплекс представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;</p>	<p>Текущий контроль: рейтинговая оценка знаний студентов по дисциплине. Опрос. Промежуточный контроль: дифференцированный зачет.</p>
<p>— получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;</p>	
<p>— сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;</p>	
<p>— сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;</p>	
<p>— освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;</p>	
<p>— освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;</p>	
<p>— развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</p>	
<p>— формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;</p>	
<p>— развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</p>	
<p>— получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;</p>	
<p>— освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</p>	
<p>— владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;</p>	

### 3. Оценка освоения учебной дисциплины:

#### 3.1. Формы и методы оценивания

Предметом оценки служат умения и знания, предусмотренные ФГОС по дисциплине **ОП.05 «Безопасность жизнедеятельности»**, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций.

Содержание учебного материала по программе учебной дисциплины	Формы и методы контроля					
	Текущий контроль		Рубежный контроль		Промежуточная аттестация	
	Форма контроля	Проверяемые Л, ЛР, МП, П	Форма контроля	Проверяемые Л, ЛР, МП, П	Форма контроля	Проверяемые Л, ЛР, МП, П
<b>Раздел 1. «Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья»</b>						
<i>Дифференцированный зачет.</i>						
Тема 1. «Здоровье и здоровый образ жизни. Факторы, способствующие укреплению здоровья.»	<i>Устный опрос Самостоятельная работа</i>	<i>Л1, Л 3 – Л 5; МП 3 – МП 6, МП 10, МП 13 – 14; П 1, 4, 6.</i>	<i>Контрольная работа</i>	<i>Л1, Л 3 – Л 5; МП 3 – МП 6, МП 10, МП 13 – 14; П 1, 4, 6.</i>		<i>Л1, Л 3 – Л 5; МП 3 – МП 6, МП 10, МП 13 – 14; П 1, 4, 6.</i>
Тема 2. «Вредные привычки и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека»	<i>Устный опрос Самостоятельная работа Тестирование</i>	<i>Л1, Л 3 – Л 5; МП 3 – МП 6, МП 10, МП 13 – 14; П 1, 4, 6.</i>	<i>Контрольная работа</i>	<i>Л1, Л 3 – Л 5; МП 3 – МП 6, МП 10, МП 13 – 14; П 1, 4, 6.</i>		<i>Л1, Л 3 – Л 5; МП 3 – МП 6, МП 10, МП 13 – 14; П 1, 4, 6.</i>
Тема 3. «Курение и его влияние на состояние»	<i>Устный опрос Тестирование Самостоятельная работа Проверочная</i>	<i>Л1, Л 3 – Л 5; МП 3 – МП 6, МП 10, МП 13 – 14;</i>	<i>Контрольная работа</i>	<i>Л1, Л 3 – Л 5; МП 3 – МП 6, МП 10, МП 13 – 14;</i>		<i>Л1, Л 3 – Л 5; МП 3 – МП 6, МП 10, МП 13 – 14;</i>

здоровья. Влияние курения на нервную систему человека»	<i>работа</i>	<i>П 1, 4, 6.</i>		<i>П 1, 4, 6.</i>		<i>П 1, 4, 6.</i>
<b>Раздел 2. «ЧС мирного и военного времени. Организация защиты населения ЧС</b>						
<i>Дифференцированный зачет.</i>						
Тема 4. «ЧС природного, техногенного и военного характера»	<i>Устный опрос Самостоятельная работа</i>	<i>Л1 – Л6; ЛР 3; МП 1 – МП 14; П 1 – П 12.</i>	<i>Контрольная работа</i>	<i>Л1 – Л6; ЛР 3; МП 1 – МП 14; П 1 – П 12.</i>		<i>Л1 – Л6; ЛР 3; МП 1 – МП 14; П 1 – П 12.</i>
Тема 5. «Организационные основы защиты населения от ЧС мирного и военного времени»	<i>Устный опрос Самостоятельная работа</i>	<i>Л1 – Л6; ЛР 3; МП 1 – МП 14; П 1 – П 12.</i>	<i>Контрольная работа</i>	<i>Л1 – Л6; ЛР 3; МП 1 – МП 14; П 1 – П 12.</i>		<i>Л1 – Л6; ЛР 3; МП 1 – МП 14; П 1 – П 12.</i>
Тема 6. «Организация защиты населения от ЧС мирного и военного времени»	<i>Устный опрос Самостоятельная работа Тестирование</i>	<i>Л1 – Л6; ЛР 3; МП 1 – МП 14; П 1 – П 12.</i>	<i>Контрольная работа</i>	<i>Л1 – Л6; ЛР 3; МП 1 – МП 14; П 1 – П 12.</i>		<i>Л1 – Л6; ЛР 3; МП 1 – МП 14; П 1 – П 12.</i>
Тема 7. «Обеспечение устойчивости функционирования объектов экономики (ОЭ)»	<i>Устный опрос Тестирование Самостоятельная работа Проверочная работа</i>	<i>Л1 – Л6; ЛР 3; МП 1 – МП 14; П 1 – П 12.</i>	<i>Контрольная работа</i>	<i>Л1 – Л6; ЛР 3; МП 1 – МП 14; П 1 – П 12.</i>		<i>У.1 - У.4 3.1-3.2, 3.6 ОК.2 – ОК.5 Л1 – Л6; ЛР 3; МП 1 – МП 14; П 1 – П 12.</i>
<b>Раздел 3. «Основы медицинских знаний и ЗОЖ»</b>						

<i>Дифференцированный зачет.</i>						
Тема 8. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления	<i>Устный опрос Тестирование Самостоятельная работа Проверочная работа</i>	<i>Л1 – Л6; ЛР 3; МП 1 – МП 14; П 1 – П 12.</i>	<i>Контрольная работа</i>	<i>Л1 – Л6; ЛР 3; МП 1 – МП 14; П 1 – П 12.</i>		<i>Л1 – Л6; ЛР 3; МП 1 – МП 14; П 1 – П 12.</i>

## 3.2. Типовые задания для оценки освоения учебной дисциплины

### 3.2.1. Типовые задания для оценки знаний(текущий контроль):

**Раздел № 1:** Л1, Л 3, Л4, Л 5; МП 3, МП 4, МП 5, МП 6, МП 10, МП 13, МП 14; П 1, П 4, П 6.

**Раздел № 2 – 4:** Л1, Л 2, Л 3, Л 4, Л 5, Л6; ЛР 3; МП 1, МП 2, МП , МП 4, МП 5, МП 6, МП 7, МП 8, МП 9, МП 10, МП 11, МП 12, МП 13, МП 14; П 1, П 2, П 3, П4, П 5, П 6, П 7, П 8, П 9, П 10, П 11, П 12.

#### 1) Сообщение (Презентация, доклад)

Сообщение готовится группой студентов: В виде презентаций. Широко используются информационные технологии (PowerPoint). Должны отсутствовать ошибки в представляемой информации. Ответ должен быть законченный, тема раскрыта в полном объеме. Группа докладчиков должна уметь ответить на вопросы аудитории по заданной теме. Студенты должны свободно владеть исследованным материалом; должны предъявлять аргументы логично и убедительно. Время выступления 7 -10 минут.

Для успешной сдачи презентации, доклада обучающимся необходимо получить 5 или 4 **Отлично- «5»**- Образцовый, примерный; достойный подражания ответ.

#### **Раскрытие проблемы**

Проблема раскрыта полностью. Проведен анализ проблемы с привлечением дополнительной литературы. Выводы обоснованы.

#### **Представление**

Представляемая информация систематизирована, последовательна и логически связана. Использовано более 5 профессиональных терминов.

#### **Оформление**

Широко использованы информационные технологии (PowerPoint).

Отсутствуют ошибки в представляемой информации.

#### **Ответы на вопросы**

Ответы на вопросы полные с приведением примеров и/или пояснений.

**Хорошо «4»**-Законченный, полный ответ .

#### **Раскрытие проблемы**

Проблема раскрыта. Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы.

Не все выводы сделаны и/или обоснованы

#### **Представление**

Представляемая информация систематизирована и последовательна.

Использовано более 2 профессиональных терминов

### ***Оформление***

Использованы информационные технологии (PowerPoint).

Не более 2 ошибок в представляемой информации

### ***Ответы на вопросы***

Ответы на вопросы полные и/или частично полные.

**Удовлетворительно «3»-** Изложенный, раскрытый ответ .

### ***Раскрытие проблемы***

Проблема раскрыта не полностью.

Выводы не сделаны и/или выводы не обоснованы.

### ***Представление***

Представляемая информация не систематизирована и/или не последовательна.

Использован 1-2 профессиональный термин.

### ***Оформление***

Использованы информационные технологии (PowerPoint) частично.

3-4 ошибки в представляемой информации.

### ***Ответы на вопросы***

Только ответы на элементарные вопросы.

**Неудовлетворительно-«2»** Минимальный ответ или отсутствие ответа.

### ***Раскрытие проблемы***

Проблема не раскрыта.

Отсутствуют выводы.

### ***Представление***

Представляемая информация логически не связана.

Не использованы профессиональные термины.

### ***Оформление***

Не использованы информационные технологии (PowerPoint).

Больше 4 ошибок в представляемой информации.

### ***Ответы на вопросы***

Нет ответов на вопросы.

## **Раздел 1**

1. Наркотики, наркомания и таксикомания. Профилактика наркомании
2. Основные инфекционные болезни и их классификация

3. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.  
Первая медицинская помощь при остановке сердца.

## **Раздел 2**

1. Современные средства поражения. Мероприятия по защите населения.
2. Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени.  
Организация защиты населения от поражающих факторов.
3. Защитные сооружения ГО. Основное предназначение защитных сооружений.  
Аварийно спасательные и другие неотложные работы. Организация и основное содержание аварийно спасательных и других неотложных работ.
4. Организация ГО в колледже и её задачи. Основные направления деятельности Государственных органов РФ по защите населения
5. Правила поведения при угрозе совершения террористического акта. Захват заложников. Правовые основы защиты населения.
6. МЧС РФ – Федеральный орган управления в области защиты населения от ЧС.  
Полиция РФ – система. Государственного органа исполнительной власти в области защиты населения.
7. Служба скорой медицинской помощи. Другие Государственные службы в области безопасности

## **Раздел 3**

1. Организация вооружённых сил Московского Княжества 14 – 15 веков, военная реформа Петра 1, создание регулярной армии. Вооружённые Силы РФ – предпосылки проведения военной реформы.
2. Другие войска, Пограничные войска, ВВ, железнодорожные войска, войска ГО - их предназначение.
3. Функции и основные задачи ВС РФ, их роль в системе национальной безопасности РФ
4. Основные направления добровольной подготовке к военной службе. Прохождение военной службы по призыву. Основные условия прохождения военной службы по призыву.
5. Основные понятия о военной обязанности. Воинский учёт. Первичная постановка на воинский учёт. Обязательная подготовка граждан к военной службе.
6. Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту.
7. Военная дисциплина, её сущность и значение. Уголовная ответственность за преступления против военной службы

8. Ритуал приведения к военной присяги. Вручение боевого знамени воинской части.  
Вручение личному составу вооружения и военной техники.

#### **Раздел 4**

1. Влияние двигательной активности на здоровье человека
2. Закаливание и его влияние на здоровье человека
3. Брак и семья. Культура брачных отношений

#### **2) Самостоятельная работа (СРС)**

Изложение в письменном виде (Microsoft Word) полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно- исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Логичность изложения. Владение терминологией в рассматриваемой области. Степень самостоятельности в решении проблемы. Эрудированность автора в рассматриваемой области. Композиция работы (наличие структуры).

Для успешной сдачи СРС необходимо получить 5 или 4

**Отлично- «5»-** Образцовый, примерный; достойный подражания реферат.

##### ***Раскрытие проблемы***

Проблема раскрыта полностью. Характер исследования проблемы. Проведен анализ проблемы с привлечением широкого круга дополнительной литературы. Выводы обоснованы. Представлена своя точка зрения по указанной проблематике. Степень самостоятельности в решении проблемы. Отсутствие плагиата. Эрудированность автора в рассматриваемой области.

##### ***Представление***

Представляемая информация систематизирована, последовательна и логически связана. Грамотное владение терминологией в рассматриваемой области.

##### ***Оформление***

Образцовое оформление. Композиция работы (наличие структуры).

Отсутствуют ошибки в представляемой информации.

**Хорошо «4»-** Законченный, полный ответ .

##### ***Раскрытие проблемы***

Проблема раскрыта. Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы. Не все выводы сделаны и/или обоснованы.

##### ***Представление***

Представляемая информация систематизирована и последовательна.

### ***Оформление***

Оформление с учетом образца, но с минимальными ошибками.

Не более 2 ошибок в представляемой информации.

**Удовлетворительно «3»-** Изложенный, раскрытый ответ .

### ***Раскрытие проблемы***

Проблема раскрыта не полностью.

Выводы не сделаны и/или выводы не обоснованы.

### ***Представление***

Представляемая информация не систематизирована и/или не последовательна.

Владение терминологией с ошибками.

### ***Оформление***

Оформление с ошибками.3-4 ошибки в представляемой информации

**Неудовлетворительно-«2»** Минимальный ответ или отсутствие ответа.

### ***Раскрытие проблемы***

Проблема не раскрыта. Отсутствуют выводы. Наличие плагиата.

### ***Представление***

Представляемая информация логически не связана. Не использованы профессиональные термины.

### ***Оформление***

Оформление неверно. Больше 4 ошибок в представляемой информации.

#### **Раздел 1**

1. Здоровье и здоровый образ жизни.
2. Факторы способствующие укреплению здоровья.
3. Основные инфекционные болезни и их классификация.
4. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.
5. Первая медицинская помощь при остановке сердца.

#### **Раздел 2**

1. Краткая характеристика ЧС природного и техногенного характера в нашем регионе.
2. Действия при ЧС природного и техногенного характера.
3. Защитные сооружения ГО. Основное предназначение защитных сооружений.
4. Аварийно спасательные и другие неотложные работы. Организация и основное содержание аварийно спасательных и других неотложных работ.
5. Правила поведения при угрозе совершения террористического акта. Захват заложников. Правовые основы защиты населения.

### Раздел 3

1. Организация вооружённых сил Московского Княжества 14 – 15 веков.
2. Военная реформа Ивана Грозного, военная реформа Петра 1, создание регулярной армии.
3. Вооружённые Силы РФ – предпосылки проведения военной реформы. Основные понятия о военной обязанности. В
4. воинский учёт. Первичная постановка на воинский учёт.

### Раздел 4

1. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.
2. Психологическая уравновешенность и её влияние на здоровье человека.
3. Социальная роль женщины в современном обществе.
4. ЗОЖ – как необходимое условие укрепления здоровья человека.

**3.2.2. Типовые задания для оценки знаний** Л1, Л 2, Л 3, Л 4, Л 5, Л6; ЛР 3; МП 1, МП 2, МП 3, МП 4, МП 5, МП 6, МП 7, МП 8, МП 9, МП 10, МП 11, МП 12, МП 13, МП 14; П 1, П 2, П 3, П4, П 5, П 6, П 7, П 8, П 9, П 10, П 11, П 12. (рубежный контроль)

*Оценочные средства для **текущего** контроля*

Тестовое задание

#### **Критерии оценки:**

- оценка «отлично» выставляется студенту, если студент выполнил 100-90% задания;
- оценка «хорошо» если студент выполнил 85-75 % задания;
- оценка «удовлетворительно» если студент выполнил 70-60% задания;
- оценка «неудовлетворительно» если студент выполнил меньше 60% задания.

#### **ТЕСТ: ЗОЖ**

**ЗАДАНИЕ:** выбрать правильный ответ

1. Что такое ЗОЖ?
  - 1) когда человек занимается спортом
  - 2) жизнедеятельность, направленная на сохранение и улучшение здоровья
  - 3) образ жизни без алкоголя, табака и наркотиков
2. Относится ли гигиена жилых и общественных помещений к компонентам ЗОЖ?
  - 1) да;
  - 2) нет.
3. Найдите среди приведённых ниже названий элементов образа жизни те, которые соответствуют ЗОЖ:
  - 1) – малоподвижный образ жизни,
  - 2) – ежедневная утренняя зарядка,
  - 3) – ежедневное выполнение гигиенических процедур,
  - 4) – употребление в пищу большого количества пирожных, мороженого,
  - 5) – систематическое занятие спортивными играми,
  - 6) – большое увлечение играми в карты, домино, лото,

- 7) – систематическое курение,
- 8) – употребление в пищу оптимального количества разнообразных растительных, рыбных и мясных продуктов.

**4. Факторы, сохраняющие здоровье:**

- 1)- физическая активность;
- 2)- закаливание;
- 3)- полноценное питание
- 4)- умеренное потребление алкоголя;
- 5)- температурный комфорт;
- 6)- благоприятная экология;
- 7)- конфликты тренирующие НС

**5. Что такое гиподинамия?**

- 1) снижение функции гипофиза
- 2) пониженное кровяное давление
- 3) ограничение физической активности

**6. Что такое активный отдых?**

- 1) отдых в движении
- 2) активные поиски места отдыха
- 3) активное использование отдыха на солнце

**7. Факторы, способствующие быстрому переходу от сонливости к активному бодрствованию:**

- 1) тихая музыка и ограничение резких движений
- 2) физзарядка и водные процедуры
- 3) спокойная обстановка – полумрак, тепло

**8. Механизм воздействия ФУ на активность головного мозга после сна:**

- 1) угнетающие кору головного мозга импульсы от рецепторов мышц
- 2) химические изменения в составе крови, возбуждающие средний мозг
- 3) возбуждающие импульсы, поступающие в кору головного мозга от рецепторов

мышц

**9. Условия правильного развития и функционирования опорно-двигательного аппарата и организма в целом:**

- А) – ограничение физических нагрузок;
- Б) – регулярный физический покой;
- В) – регулярное воздействие физических нагрузок;
- Г) – интенсивная спортивная тренировка.

- 1) А, Б; 2) В, Г; 3) В.

**10. Влияние ФУ на ОДА:**

- 1) способствуют правильному физическому развитию и тормозят рост
- 2) увеличивают массу мышц и прочность костей, усиливают иммунитет
- 3) улучшают физическое развитие и снижают память

**11. Что такое закаливание холодом?**

- 1) повышение устойчивости организма путём регулярного прерывистого воздействия холодных процедур
- 2) система мер по организации закаливания
- 3) длительное непрерывное воздействие холода с последующим кратковременным нагреванием

**12. Что такое гигиена?**

- 1) наука, изучающая строение и функции организма и дающая рекомендации по сохранению здоровья
- 2) наука об окружающей среде и взаимоотношениях между человеком и атмосферой

3) наука, изучающая влияние факторов окружающей среды на организм человека и разрабатывающая мероприятия, предотвращающие вредное влияние их на здоровье

**13.** Условия, способствующие возникновению умственного утомления:

1) недостаточная освещённость, не соответствующее росту рабочее место, периодическое отвлечение на физическую работу

2) непроветренное помещение, плохое освещение, отсутствие перерывов, однообразии работы

**14.** Что такое осанка?

1) правильное положение тела в пространстве

2) правильное положение частей тела при сидении, стоянии и ходьбе

3) правильные пропорции частей тела и внешний вид формы позвоночника

**15.** Основные причины искривления позвоночника:

А)- несоответствие высоты парты росту ребёнка;

Б)- ношение тяжёлого портфеля;

В)- использование вместо портфеля ранца;

Г)- привычка ходить наклонив голову и туловище вперёд

1) все 2) все, кроме – в 3) а, б

**16.** Здоровье это-

А) – способности организма противостоять эмоциональным и физическим стрессам,

Б)– гармоничное существование души и тела человека,

В) – нахождение соматического и психического состояний в норме,

Г) – когда каждый день болит в другом месте,

Д)– термин, который обозначает состояние человека, возникающее как ответ на разнообразие экстремальные воздействия,

Е)– способность сохранять соответствующую возрасту и полу психофизическую устойчивость в условиях постоянного изменения количественных и качественных единиц структурной и сенсорной информации,

Ж) – когда ничего не болит.

1) всё перечисленное, 2) е, ж. 3) а, б.

**17.** Сегодня ведётся широкая пропаганда борьбы со СПИДом, ответьте, это верно, что:

А)- СПИД одно из самых тяжёлых, пока неизлечимых заболеваний,

Б) – СПИД излечим, просто в нашей стране лекарств пока нет,

В) – СПИД можно получить любым путём,

Г) – СПИД передаётся так же, как и любое ЗППП,

Д)– им болеют наркоманы, проститутки, бомжи. Мне это не угрожает,

Е) – СПИДом можно заразиться только при незащищённом половом контакте и через кровь,

Ж) – у больной матери обязательно родится больной ребёнок.

1) б, в, г, д. 2) а, е, ж. 3) а, е.

**18.** Какие заболевания относятся к заболеваниям передающимся половым путём?

А) – гонорея,

Б) – сифилис,

В) – СПИД,

Г) – молочница

1) все перечисленные и ещё другие, 2) а, б, в; 3) а, б, г.

**19.** Дополните фразу: « многократное воздействие на поверхность тела разных температур

посредством водных или воздушных ванн, вызывающее появление приспособленности организма к неблагоприятному воздействию низких и высоких температур называется \_\_\_\_\_ »

- 1) закаливанием
- 2) акклиматизацией
- 3) адаптацией

**20.** Закаливание воздухом это:

- 1) длительные прогулки на холоде
- 2) занятие зимними видами спорта
- 3) сон с открытым окном зимой

**21.** Основные причины плоскостопия:

- 1) переноска тяжестей, ношение тесной обуви
- 2) лазание по канату и дефекты походки
- 3) ношение не по размеру большой обуви и раннее курение

### ОТВЕТЫ:

- |        |        |
|--------|--------|
| 1) 2,  | 12) 3, |
| 2) 1,  | 13) 2, |
| 3) 3,  | 14) 2, |
| 4) 3,  | 15) 2, |
| 5) 3,  | 16) 2, |
| 6) 1,  | 17) 3, |
| 7) 2,  | 18) 2, |
| 8) 3,  | 19) 1, |
| 9) 3,  | 20) 2, |
| 10) 2, | 21) 1  |
| 11) 1, |        |

### ТЕСТ ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ

**ЗАДАНИЕ:** выберите правильный ответ

**1.** К чему приводят курение и злоупотребление алкоголем:

- А)- к психологической зависимости;
- Б)- к психической зависимости;
- В)- к физической зависимости

1) б, в      2) а      3) все

**2.** Какие средства массовой информации влияют на выбор образа жизни?

- А)– телевидение;
- Б) – журналы, газеты;
- В) – радио;
- Г) – рекламные проспекты;

1) а, в;      2) все;      3) б, г.

**3.** Кто способствовал широкому распространению табакокурения?

- 1) Магеллан
- 2) Колумб
- 3) Васко да Гама

**4.** Кто способствовал распространению табакокурения в России?

- 1) Пётр 1;

- 2) Елизавета;
- 3) Екатерина 2

**5. Влияние никотина на кровеносные сосуды:**

- 1) резко суживает мелкие артерии
- 2) увеличивает проницаемость капилляров
- 3) расширяет мелкие артерии и может вызвать кровотечения

**6. Наиболее частые заболевания, связанные с сосудосуживающим действием**

никотина:

- А) инфаркт миокарда,
- Б)- гангрена конечности,
- В)- кровоточивость из носа и ушей,
- Г)- расширение вен нижних конечностей,
- Д)- гипотония

- 1) а, б
- 2) в, г
- 3) г, д

**7. Влияние курения на органы дыхания:**

- А)- хроническое заболевание плевры;
- Б)- предрасположенность к туберкулёзу лёгких;
- В)- злокачественное перерождение тканей гортани и бронхов;
- Г)- предрасположенность к дифтерии

- 1) а, б
- 2) б, в
- 3) в, г

**8. Как влияет курение на органы пищеварения?**

- 1) снижает аппетит, способствует развитию гастрита и язвы
- 2) способствует возникновению аппендицита
- 3) угнетает перистальтику желудка и кишечника, вызывает перерождение клеток

печени

**9. Что такое пассивное курение?**

- 1) когда курят, но мало
- 2) вдыхание загрязнённого табачным дымом воздуха
- 3) когда держишь во рту курительную трубку, не зажигая табак

**10. Влияние алкоголя на органы пищеварения:**

- 1) способствует развитию гастрита, язвы, рака желудка
- 2) резко угнетает функции поджелудочной железы
- 3) способствует возникновению туберкулёза толстого кишечника

**11. Влияние алкоголя, никотина и наркотиков на обмен веществ:**

- 1) угнетают обмен белков и углеводов
- 2) «внедряются» в нормальный обмен и, оставаясь ядами, становятся

необходимыми организму - возникает зависимость от них

- 3) отравляют организм, не вмешиваясь в обмен веществ

**12. влияние алкоголя на зрение:**

- 1) снижается острота зрения
- 2) нарушается цветоощущение
- 3) возможно воспаление зрительного нерва

**13. Влияние алкоголя и других наркотиков на вестибулярный аппарат:**

- 1) угнетение функции нарушения равновесия

2) разрастание эпителия внутри полукружных каналов

3) нарушение слуха

**14.** Какие существуют виды наркоманий:

А)- опийная,

Б)- героиновая,

В)- кокаиновая,

Г)- гашишная,

Д)- обусловленная приёмом галлюциногенов,

Е)- вызванная приёмом снотворных препаратов

1) все      2) все, кроме – б      3) а, б, в, г

**15.** Каковы виды токсикоманий:

А)- вызванные корректорами ЦНС,

Б)- вдыхание паров органических растворителей и других средств бытовой химии,

В)- связанные со злоупотреблением успокоительных и снотворных средств

1) все      2) б, в      3) а, б

**16.** Какой мировой опыт накоплен в борьбе с вредными привычками, связанными с употреблением алкоголя, табака, наркотиков:

А)- законодательные и ограничительные меры в области торговли этими веществами;

Б) - пропаганда ЗОЖ;

В)- предупредительные в отношении здоровья меры

1) а, б      2) все      3) а, в

**17.** Влияние курения на половую систему:

1) нарушение функций матки

2) повреждение тканей семенников и яичников

3) повреждение митохондрий яйцеклеток

**18.** Влияние алкоголя на половую систему:

1) нарушение функции семенных пузырьков

2) повреждение генетического аппарата сперматозоидов и нарушение функций яичников

3) повреждение структуры мошонки

**19.** Факторы, повреждающие голосовые связки и нарушающие звукообразование:

А)- курение и физические нагрузки,

Б)- курение и спиртные напитки,

В)- простудные и некоторые инфекционные заболевания,

Г)- громкая речь,

Д)- частое и глубокое дыхание

1) все      2) все, кроме – д      3) б, в, г

**20.** Когда проходит всемирный день борьбы с наркоманией?

1) 1 июня

2) 26 июня

3) 1 сентября

**ОТВЕТЫ: на тест по вредным привычкам**

1) 3,

2) 2,

- |        |        |
|--------|--------|
| 3) 2,  | 12) 2, |
| 4) 1,  | 13) 1, |
| 5) 1,  | 14) 1, |
| 6) 1,  | 15) 1, |
| 7) 2,  | 16) 2, |
| 8) 3,  | 17) 2, |
| 9) 2,  | 18) 2, |
| 10) 1, | 19) 3, |
| 11) 2, | 20) 2. |

### **ТЕСТ РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ**

**ЗАДАНИЕ:** выбрать правильный ответ

**1.** Регулярное облучение кожи солнечными лучами необходимо для предупреждения:

- 1) гигантизма
- 2) цинги
- 3) рахита

**2.** Что такое питательные вещества:

- А)- белки, жиры, углеводы;
- Б)- минеральные соли, вода, витамины;
- В)- хлеб, мясо, молоко;
- Г)- кисель, компот, суп.

- 1) а, б    2) б, в    3) в, г

**3.** Значение витаминов:

- 1) высвобождают необходимую энергию при окислении
- 2) входят в состав гормонов, регулирующих обмен веществ
- 3) являются катализаторами биохимических процессов и составной частью ряда

ферментов

**4.** Признаки недостатка в организме витамина С:

- 1) кровоточивость дёсен, цинга, подкожные кровоизлияния
- 2) куриная слепота, рахит, боли в мышцах и суставах
- 3) нарушение обмена кальция, плохое зрение в сумерках

**5.** Признаки недостатка в организме витамина А:

- 1) поражение кожи и роговицы глаз, резкое похудание
- 2) рахит
- 3) плохое зрение в сумерки, куриная слепота, задержка роста детей

**6.** Сохранность витаминов в продуктах питания зависит от:

- 1) сроков хранения и грамотной кулинарной обработки
- 2) содержания в продуктах минеральных солей
- 3) своевременной обработки продуктов солнечными лучами

**7.** Избыточное потребление соли, жёсткой воды и малоподвижный образ жизни способствуют:

- 1) возникновению инфарктов миокарда
- 2) образованию рака

- 3) образованию почечных камней
- 8.** Объясните слова Сократа: «лучшая приправа к жизни – голод»:
- 1) голод стимулирует активность человека
  - 2) речь идёт о вреде переедания
  - 3) голодание сохраняет хорошую стройную фигуру
- 9.** Объясните пословицу: «когда я ем, я глух и нем»
- 1) во время еды у человека снижается чуткость слуха
  - 2) трудно говорить с набитым ртом
  - 3) отвлекаться от еды вредно, это снижает качество пищеварения
- 10.** Что вредно для зубов:
- А)- кислая пища,
  - Б)- холодная пища,
  - В)- чередование холодной и горячей пищи,
  - Г)- чистка зубов жёсткой щёткой,
  - Д)- разгрызание твёрдых продуктов питания
- 1) а, б, д      2) б, в, г      3) в, д

**ОТВЕТЫ:** 1) 3, 2) 1, 3) 3, 4) 1, 5) 3, 6) 1, 7) 3, 8) 2, 9) 3, 10) 3.

#### **ТЕСТ**

### **БРАК И СЕМЬЯ УГОЛОВНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ**

**ЗАДАНИЕ:** выбрать правильный ответ

- 1.** Законодательством РФ брачный возраст устанавливается:
- 1) с 14 лет
  - 2) с 18 лет в исключительных случаях с 16 лет
  - 3) с 18 лет
- 2.** Брак заключается при следующих условиях:
- А)- по истечении 1 месяца со дня подачи заявления;
  - Б)- по истечении 3 месяцев со дня подачи заявления;
  - В)- через 3 дня после подачи заявления;
  - Г)- в день подачи заявления при наличии особых обстоятельств.
- 1) б      2) а, г      3) в
- 3.** Зарегистрированным считается брак:
- 1) заключённый в ЗАГСе
  - 2) заключённый в церкви
  - 3) заключённый в ЗАГСе и церкви одновременно
- 4.** Какая пара условий необходима для юридического заключения брака:
- 1) наличие беременности и чувства долга
  - 2) взаимное согласие и достижение брачного возраста обоими партнёрами
  - 3) равенство социального статуса и достижение возраста 18 лет
- 5.** Юридическими условиями прекращения брака являются:
- А)- смерть одного из супругов;
  - Б)- заявление одного или обоих супругов поданное в ЗАГС;
  - В)- охлаждение в отношениях супругов;
  - Г)- не выполнение супружеских и родительских обязанностей одним из супругов.
- 1) а, в      2) б, г      3) а, б

**6. Брачный договор это:**

1) соглашение лиц, вступающих в брак, определяющее имущественные права и обязанности супругов

2) соглашение лиц, вступающих в брак, определяющее личные права и обязанности супругов

3) соглашение лиц, вступающих в брак, определяющее имущественные и личные права и обязанности супругов

**7. Супруги отвечают своим имуществом перед законом в следующих случаях:**

А)- при возмещении вреда, причинённого их несовершеннолетними детьми;

Б)- по долговым обязательствам одного из супругов;

В)- если установлено, что общее имущество было приобретено или увеличено за счёт средств, полученных одним из супругов преступным путём

1) а      2) б      3) во всех этих случаях

**8. Родители имеют равные права и несут равные обязанности в отношении своих детей до достижения ими:**

А)- 18 лет;

Б)- 16 лет;

В)- 14 лет;

Г)- до тех пор, пока дети не вступят в брак;

Д)- до тех пор, пока несовершеннолетние дети не вступят в брак

1) а, д      2) г      3) а

**9. Как вы думаете, какие ситуации алиментных обязательств закреплены Законом о семье:**

А)- родители содержат своих несовершеннолетних детей;

Б)- родители постарели и не в состоянии обеспечивать себя, дети обязаны содержать родителей;

В)- приёмный отец, нуждающийся в дополнительном уходе, вправе подать на своих детей в суд, если они добровольно не заботятся и не обеспечивают его;

Г)- муж обязан обеспечивать супругу;

Д)- жена содержит мужа, оставшегося без работы;

Е)- выплата алиментов бывшей жене на содержание ребёнка до достижения им 18 лет;

Ж)- супруги в разводе 10 месяцев, в связи с несчастным случаем жена утрачивает трудоспособность, она требует алиментное содержание от бывшего мужа, обладающего для этого необходимыми средствами;

З)- супружеская пара после 25 лет совместной жизни развелась, через 4 года жена достигла пенсионного возраста, оказавшись в ситуации крайне нуждающегося человека, жена потребовала алиментное обеспечение от бывшего супруга, обладающего для этого необходимыми средствами

1) а, б      2) а, б, в, г      3) всё

**10. Перечислите функции семьи:**

А)- функция духовного общения,

Б)- первичного социального контроля,

В)- хозяйственно-бытовая,

Г)- эмоциональная,

- Д)- репродуктивная,
- Е)- воспитательная,
- Ж) – сексуально-эротическая.

1) все перечисленные, 2) д, е, ж. 3) в, д, е, ж.

**11** Уголовная ответственность несовершеннолетних наступает с:

- 1) 14 лет,
- 2) 15 лет,
- 3) 16 лет.

**ОТВЕТЫ:**

- |       |        |
|-------|--------|
| 1) 2, | 7) 3,  |
| 2) 2, | 8) 1,  |
| 3) 1, | 9) 3,  |
| 4) 2, | 10) 1, |
| 5) 3, | 11) 1. |
| 6) 1, |        |

## **ТЕСТ ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ**

**ЗАДАНИЕ:** выбрать правильный ответ

**1.** Какое повреждение характеризуется нарушением целостности кожных покровов, слизистых оболочек, а иногда и глубоких тканей, сопровождается болью, кровотечением и зиянием?

- 1) рана
- 2) перелом
- 3) пневмоторакс

**2.** Раны, возникающие в результате пулевого или осколочного ранения:

- 1) рубленые
- 2) резаные
- 3) огнестрельные

**3.** Раны, имеющие узкую зону повреждения, ровные края, стенки раны сохраняют жизнеспособность и сильно кровоточат:

- 1) колотые
- 2) укушенные
- 3) резаные

**4.** Какое кровотечение является самым опасным?

- 1) внутреннее
- 2) артериальное
- 3) венозное

**5.** Какие суставы надо обездвижить при переломе предплечья?

- 1) лучезапястный и локтевой
- 2) плечевой и локтевой
- 3) суставы кисти и лучезапястный

**6.** Какие суставы надо обездвижить при переломе плеча?

- 1) лучезапястный и локтевой

2) локтевой и плечевой

3) суставы кисти, локтевой и плечевой

**7.** Какие суставы надо обездвижить при переломе бедра?

1) голеностопный

2) голеностопный и коленный

3) голеностопный, коленный и тазобедренный

**8.** Доврачебная помощь при растяжении связок, вывихе и ушибе суставов:

1) тепло на место повреждения и наложить шины;

2) приём жаропонижающих средств

3) холод на место повреждения и тугое бинтование

**9.** Что такое шина, используемая при переломах?

1) отрезок автомобильной шины

2) специальная проволочная решётка

3) полоска мягкого металла

**10.** На какой срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут зимой?

1) на 2 часа

2) не более 1 часа

3) время не ограничено

**11.** Нарушение целостности кости с образованием нескольких отломков:

1) ушиб

2) вывих

3) множественный перелом

**12.** Какие из способов подходят для остановки артериального кровотечения:

А)- фиксация при максимальном изгибе;

Б)- закрутка;

В)- тугая повязка;

Г)- пальцевое прижатие;

Д)- жгут

1) все      2) все, кроме – в      3) б, д

**13.** Усиление артериального кровотечения при наложении жгута свидетельствует о том, что жгут наложен:

1) неправильно;

2) не по месту;

3) недостаточно туго

**14.** Чем контролируется правильность наложения жгута?

1) цветом кожи на конечности

2) цветом крови

3) отсутствием пульса на периферическом сосуде

**15.** Какое кровотечение останавливают давящей повязкой?

1) паренхимальное

2) капиллярное

3) венозное

**16.** Признаки внутреннего кровотечения:

1) бледность, одышка, холодный пот, слабый пульс

2) бледность, набухание вен на шее

3) слабость, покраснение кожи лица, головная боль

**17. Признаки пищевого отравления:**

1) тошнота, рвота, температура, боли в животе

2) тошнота, понос, головная боль, насморк

3) тошнота, рвота, кашель

**18. ПМП при попадании в глаз кислоты, щёлочи, других агрессивных жидкостей:**

1) наложить повязку, надеть тёмные очки

2) обильно промыть глаз водопроводной водой

3) крепко сомкнуть веки и несколько минут спокойно полежать

**19. Признаки ожога 1 – 2 степени:**

А)- покраснение кожи,

Б)- боль,

В)- появление пузырей,

Г)- иссушение и растрескивание кожи.

1) все    2) все, кроме – г    3) а, б

**20. Первая помощь при ожогах кислотами:**

1) поражённый участок немедленно протереть спиртом, смазать маслом, наложить стерильную повязку;

2) поражённый участок обработать спиртом, затем холодной водой, наложить примочки из содового раствора;

3) поражённый участок обмывать холодной водой 10 – 15 мин, приложить примочки из содового раствора.

**ОТВЕТЫ:**

1) 1,

2) 3,

3) 3,

4) 2,

5) 1,

6) 2,

7) 3,

8) 3,

9) 2,

10) 2,

11) 3,

12) 2,

13) 2,

14) 3

15) 3,

16) 1,

17) 1,

18) 2,

19) 2,

20) 3.

### **ТЕСТ ОМП ГО и РСЧС и СРЕДСТВА ИНДИВ ЗАЩИТЫ**

**ЗАДАНИЕ:** выбрать правильный ответ

**1. Территория, подвергшаяся заражению радиоактивными осадками:**

1) радиоактивное заражение

2) очаг радиоактивного заражения

3) зона радиоактивного заражения

**2. К чему может привести радиационное облучение человека?**

1) к появлению тошноты и рвоты

2) к потере сознания и коме

3) к лучевой болезни

**3.** Защитное сооружение, в котором можно укрыть людей от высоких температур, продуктов горения, опасных химических веществ, проникающей радиации и радиоактивной пыли:

- 1) ПРУ
- 2) убежище
- 3) укрытие

**4.** Система, осуществляющая государственную политику в области безопасности жизнедеятельности:

- 1) ГО
- 2) РСЧС
- 3) МВД

**5.** Основными задачами РСЧС является:

- А)- предупреждения ЧС;
- Б) – снижение потерь и ущерба от ЧС;
- В)- восстановление народного хозяйства;
- Г) – ликвидация ЧС

1) все, 2) а, б, г. 3) б, г.

**6.** Управляющим органом РСЧС является:

- 1) МЧС
- 2) штаб ГО
- 3) МВД

**7.** Основными мероприятиями РСЧС по снижению потерь среди населения являются:

- А)- оповещение населения;
- Б)- защита населения;
- В)- обеспечение работы предприятий, направленной на функционирование систем жизнеобеспечения;
- Г)- ликвидация последствий ЧС;
- Д)- обучение населения действиям в ЧС

1) все 2) кроме – в 3) а, б, д

**8.** Область резкого сжатия среды, сферически распространяющаяся со сверхзвуковой скоростью:

- 1) ЭМИ
- 2) рентген
- 3) ударная волна

**9.** Поток лучистой энергии, продолжительностью 20 сек, вызывающий массовые пожары:

- 1) проникающая радиация
- 2) световое излучение
- 3) доза излучения

**10.** Кратковременное электромагнитное поле, выводящее из строя радиоэлектронные приборы:

- 1) современное средство поражения
- 2) ударная волна

3) ЭМИ

**11.** Ядовитое соединение, применяемое для снаряжения химических боеприпасов:

- 1) яд
- 2) СДЯВ
- 3) ОВ

**12.** ОВ нарушающие функционирование НС, с появлением судорог и параличей:

- 1) общеядовитые
- 2) удушающие
- 3) нервно-паралитические

**13** Стойкие ОВ, поражающие кожу, глаза и слизистые гнойниками и язвами:

- 1) кожно-нарывные
- 2) раздражающие
- 3) общеядовитые

**14.** Быстродействующие ОВ, летучие, вызывающие смерть из-за угнетения

клеточного дыхания:

- 1) общеядовитые
- 2) удушающие
- 3) психотропные

**15** Летучие ОВ, вызывающие отёк лёгких:

- 1) нервно-паралитические
- 2) раздражающие
- 3) удушающие

**16.** ОВ вызывающие кратковременную потерю боеспособности из-за болезненного раздражения слизистых и кожи:

- 1) кожно-нарывные
- 2) общеядовитые
- 3) раздражающие

**17.** Территория, подвергшаяся непосредственному воздействию химического оружия, на которой произошло массовое поражение людей и животных:

- 1) очаг химического поражения
- 2) зона заражения
- 3) химический сектор

**18.** Назовите боевые состояния ОВ:

- А)- пыль,
- Б)- дым,
- В)- аэрозоль,
- Г)- взвесь,
- Д)- туман,
- Е)- парообразное,
- Ж) – капельножидкое

- 1) все
- 2) все, кроме – г
- 3) только – в, е, ж.

**19.** Какие газы относятся к нервно паралитическим:

- А)- зарин,
- Б)- иприт,
- В)- ви-икс,

Г)- зоман,

Д)- фосген

1) в, д 2) а, б, г 3) а, в, г.

**20.** Укажите ОВ кожно-нарывного действия:

А)- иприт,

Б)- табун,

В)- люизит,

Г)- адамсит

1) все 2) б, г 3) а, в

**21.** Найдите общеядовитые ОВ:

А)- би-зет,

Б)- хлорциан,

В)- синильная кислота,

Г)- хлорпикрин

1) а, б 2) б, в 3) в, г

**22.** Укажите ОВ удушающего действия:

А)- фосген,

Б)- дифосген,

В)- хлорацетофенон,

Г)- иприт

1) а, б 2) б, в 3) в, г

**23.** К какой группе по тактической классификации относятся следующие ОВ: зарин, зоман, ви-икс, синильная кислота, хлорциан?

1) смертельные

2) временно выводящие из строя

**24.** Оружие, основанное на болезнетворных свойствах микроорганизмов:

1) биологическое

2) массовое

3) ядерное

**25.** Одноклеточные микроорганизмы растительной природы, чувствительные к высоким температурам, солнечному свету, дезинфицирующим средств, вызывающие наиболее опасные заболевания у человека: чуму, холеру, сибирскую язву

1) микробы

2) вирусы

3) бактерии

**26.** Группа микроорганизмов, способных жить и размножаться только в живых клетках, гибнущих от воздействия ультрафиолетовых лучей и высоких температур, вызывающих заболевания людей такими болезнями, как натуральная оспа, жёлтая лихорадка и другие:

1) вирусы

2) бактерии

3) риккетсии

**27.** Одно- или многоклеточные микроорганизмы растительного происхождения, вызывающие заболевания людей. Могут образовывать высоко устойчивые споры:

1) токсины

2) грибки

3) вирусы

**28.** В каких положениях носится противогаз:

А)- походное;

Б)- стартовое;

В)- наготове;

Г)- боевое;

Д)- рабочее;

Е)- аварийное

1) б, д, е    2) а, в, г    3) б, в, д

**29.** При заражении какими веществами проводится немедленное обтирание кожи жидкостью из ИПП – 8

1) ОВ

2) радиоактивной пылью

3) бактериальными средствами

**30.** Назовите составные части противогаза:

А)- шлем-маска,

Б)- лицевая часть,

В)- соединительная трубка

Г)- фильтрующая коробка,

Д)- сумка

1) б, г, д    2) а, в, г    3) все

**31.** К какой части противогаза относятся очки и клапанная коробка?

1) к лицевой

2) к шлем - маске

3) к фильтрующей коробке

### **ОТВЕТЫ:**

1) 3,            17) 1,            7) 1,            23) 1            13) 1,            29) 1,

2) 3,            18) 3            8) 3,            24) 1,            14) 1,            30) 1,

3) 2,            19) 3            9) 2,            25) 3            15) 3,            31) 1.

4) 2,            20) 3,            10) 3,            26) 1            16) 3,

5) 2,            21) 2,            11) 3,            27) 2

6) 1,            22) 1,            12) 3,            28) 2,

### **ТЕСТ ЗАЩИТНЫЕ СООРУЖЕНИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ АВАРИЙНО-СПАСАТЕЛЬНЫХ РАБОТ**

**ЗАДАНИЕ:** выбрать правильный ответ

**1.** На какие виды делятся защитные сооружения:

А)- коллективные,

Б) – убежища,

В) – окопы,

Г)– ПРУ,

Д) – простейшие

1) все,    2) а, б, г.    3) б, г, д.

**2.** Какое ЗС роется в земле в виде траншеи, закрывается сверху бревенчатым накатом и земляной насыпью?

- 1) ПРУ
- 2) щель
- 3) перекрытая щель

**3.** К вспомогательным помещениям в убежище относятся: входы, санузел, медпункт, кладовые. Верно ли это?

- 1) да
- 2) нет

**4.** Какие помещения можно приспособить под ПРУ:

- А)- подвалы,
- Б)- погреба,
- В)- лестничные клетки,
- Г)- помещения первого этажа,
- Д)- шахту лифта

- 1) все
- 2) а, б, г
- 3) а, д

**5.** Прибывающие в убежище должны иметь с собой:

- А)- СИЗ,
- Б)- 3-х суточный запас воды и продуктов,
- В)- самые необходимые вещи и предметы гигиены,
- Г)- самые ценные вещи и драгоценности,
- Д)- деньги и документы,
- Е)- радиоприёмники

- 1) а, б, в, д
- 2) все, кроме – г
- 3) все

**6.** Запрещено приносить в ЗС:

- А)- громоздкие вещи,
- Б)- легковоспламеняющиеся вещества,
- В)- приводить домашних животных

- 1) только – б
- 2) а, б
- 3) все

**7.** При нахождении в ЗС, укрываемым запрещено:

- А)- ходить без надобности,
- Б)- шуметь,
- В)- курить, зажигать спички и керосиновые лампы,
- Г)- включать электроосвещение,
- Д)- расходовать без команды старшего запас воды и продуктов

- 1) все
- 2) все, кроме – б, г
- 3) только – а, в

**8.** Что означает непрерывное звучание гудков предприятий, сирен, автомобильных клаксонов?

- 1) воздушная тревога
- 2) внимание всем
- 3) ЧС

**9.** На какие группы делятся СИЗ по назначению:

- А)- фильтрующие;
- Б)- СИЗ кожи;
- В)- изолирующие;

- Г)- медицинские;
- Д)- СИЗ органов дыхания;
- Е)- простейшие:

1) б, г, д      2) а, в, е      3) б, г, е

**10.** На какие группы по способу защиты делятся СИЗ:

- А)- промышленные;
- Б)- изолирующие;
- В)- медицинские;
- Г)- фильтрующие

1) а, в      2) б, г      3) б, в, г

**11.** Обезвреживание и удаление ОВ, бактериальных средств и радиоактивных веществ с СИЗ, кожи и одежды:

- 1) дезинфекция
- 2) чистка
- 3) санитарная обработка

**12.** Назовите виды санитарной обработки:

- А)- профилактическая;
- Б)- полная;
- В)- частичная;
- Г)- срочная

1) а, б      2) б, в      3) в, г

**13.** В чём заключается полная санитарная обработка?

- 1) в обработке всех людей и техники, побывавших в зоне заражения
- 2) в уничтожении заражённой одежды, обуви, техники
- 3) в обмывании всего тела тёплой водой с мылом и замене одежды на чистую

**14.** Удаление радиоактивных веществ с заражённых поверхностей

- 1) дезактивация
- 2) дератизация
- 3) дегазация

**15.** Уничтожение возбудителей заразных болезней во внешней среде

- 1) дезинфекция
- 2) дегазация
- 3) дезинсекция

**16.** Организованный вывоз населения из угрожающих районов в безопасную местность:

- 1) рассредоточение
- 2) эвакуация
- 3) обсервация

**17.** Организованный вывоз рабочих и служащих, работающих предприятий на проживание в безопасную пригородную зону:

- 1) рассредоточение
- 2) обсервация
- 3) эвакуация

**18.** О чём должны позаботиться родители при эвакуации

- 1) научить детей произносить свои ФИО

- 2) захватить документы на детей
- 3) пришить к одежде бирку с указанием ФИО, года рождения, адреса и пункта эвакуации

**19.** Прибывая на сборный эвакуационный пункт, следует иметь с собой:

- А)- СИЗ, одежду и обувь по сезону;
- Б)- постель и аптечку;
- В)- деньги и ценности;
- Г)- 3-х суточный запас продуктов;
- Д)- лёгкий радиоприёмник

1) все    2) все, кроме – в, д    3) только – а, г.

**20.** Разложение ОВ до нетоксичных соединений и удаление их с заражённой поверхности:

- 1) дезактивация
- 2) дератизация
- 3) дегазация

**21.** Для чего предназначена АИ – 2?

- 1) для оказания помощи пострадавшим в ДТП
- 2) для самопомощи при ранениях
- 3) для профилактики поражения радиоактивными и ОВ, бактериальными

средствами

**ОТВЕТЫ:**

- |        |        |
|--------|--------|
| 1) 3,  | 12) 2, |
| 2) 3,  | 13) 3, |
| 3) 1,  | 14) 2, |
| 4) 2,  | 15) 1, |
| 5) 1,  | 16) 2, |
| 6) 3,  | 17) 1, |
| 7) 1,  | 18) 3, |
| 8) 2,  | 19) 2, |
| 9) 1,  | 20) 3, |
| 10) 2, | 21) 3. |
| 11) 3, |        |

## ТЕСТ ЧС ПРИРОДНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ

**ЗАДАНИЕ:** выбери правильный ответ

**1.** Какой тип костра удобнее использовать для ночного дежурства

- 1) таёжный
- 2) шалаш
- 3) колодец

**2.** Внезапно разразилась гроза, вспышки молнии прямо над головой. Как надо действовать:

- А)- не обращать внимания;
- Б)- спрятаться под большим деревом;
- В)- укрыться под навесом скал;

Г)- найти не выделяющееся на местности укрытие и накрыться палаткой?

1) всё равно; 2) б; 3) только – г.

**3.** Проявление внешних сил природы, сопровождающееся катастрофическими последствиями: гибелью людей и животных, разрушением сооружений н/х, вызывающее аварии и катастрофы:

- 1) ураган
- 2) стихийное бедствие
- 3) землетрясение

**4.** Стихийные бедствия бывают: геологические, метеорологические, гидрологические. Расставьте в этом порядке перечисленные ниже бедствия:

- А)- наводнения, сели, лавины;  
Б)- извержения, землетрясения;  
В)- смерч, ураган, снегопад.

1) б, в, а      2) а, б, в      3) в, а, б

**5.** Разрушительное природное явление, происходящее в определённых участках земной коры, в результате которого возникает угроза жизни и здоровью людей, происходят разрушение построек и элементов рельефа. Какое явление здесь описано?

- 1) стихийное бедствие
- 2) катастрофа
- 3) землетрясение

**6.** Вы отдыхаете на Кавказе, землетрясение застало вас в помещении гостиницы, первые толчки надо переждать в самом безопасном месте:

- 1) под столом
- 2) на лестнице
- 3) в проёме двери

**7.** Потоки с гор воды, песка, щебня, осколков скал и глины. Какое явление описано?

- 1) обвал
- 2) лавина
- 3) селя

**8.** Смещение масс почвы горных пород вниз под действием силы тяжести в результате нарушения равновесия склонов, чаще всего по берегам рек и водоёмов. Что это?

- 1) оползень
- 2) обвал
- 3) селя

**9.** Отрыв и катастрофическое падение больших масс горных пород, их дробление и скатывание с крутых склонов:

- 1) оползень
- 2) обвал
- 3) селя

**10.** Какие мероприятия используют в целях снижения катастрофических последствий селей и оползней:

- А)- предупредительные,  
Б)- защитные,

В)- наблюдение,

Г)- прогнозирование

1) все 2) а, б 3) все, кроме – в

**11.** Спиральный атмосферный вихрь, возникающий в грозовом облаке и часто распространяющийся по поверхности земли, со скоростью 100 м/с

1) циклон

2) смерч

3) шторм

**12.** Какие действия предпринять для подготовки дома к наступлению урагана?

А)- плотно закрыть окна и двери, чердаки, вентиляционные отверстия;

Б)- стёкла окон защитить ставнями или оклеить;

В)- подготовить запас воды, пищи, лекарств, взять документы и деньги;

Г)- убрать с балконов и подоконников лёгкие предметы;

Д)- погасить огонь в печах, отключить электричество, газ, воду;

Е)- оставить включённым радио

1) все 2) все, кроме – е 3) а, в, г, д, е

**13.** Длительный сезонный подъём воды в водоёмах, с выходом её в поймы рек, связанный с интенсивным снеготаянием:

1) наводнение

2) затопление

3) половодье

**14.** Кратковременный подъём воды из-за ливневых дождей или зимних оттепелей:

1) паводок

2) половодье

3) наводнение

**15.** Значительное затопление местности в результате подъёмов воды в водоёме, наносящее материальный ущерб экономике, социальной сфере и природной среде

1) затопление

2) наводнение

3) паводок

**16.** Резкое повышение уровня воды в результате сильного ветра, дующего с моря в устье реки:

1) паводок

2) катастрофическое наводнение

3) нагонное наводнение

**17.** О чём должны побеспокоиться при внезапном наводнении люди, нашедшие спасение на чердаках, крышах, возвышенностях?

1) о спасении документов и ценностей

2) о запасе тёплых вещей

3) принять меры для своего обнаружения

**18.** Почему нельзя разводить костёр под кроной дерева?

1) от температуры погибают листья

2) сгорают корни дерева, и оно погибает

3) взлетающие искры могут поджечь крону

**19.** Назовите главную причину, почему нельзя бросать и бить бутылки в лесу?

- 1) потому что лес превращается в свалку
- 2) другие люди могут потом порезаться
- 3) стекло может сфокусировать солнечный свет и поджечь траву

**20.** Как называется лесной пожар, охватывающий полог леса, проводником горения служит хвоя (листья) и веточки крон деревьев

- 1) верховой
- 2) повальный
- 3) высотный

**21.** Как называется пожар, при котором горит торфяной слой заболоченных или болотных почв

- 1) торфяной
- 2) низовой
- 3) повальный

### ОТВЕТЫ:

- |       |        |        |
|-------|--------|--------|
| 1) 1, | 8) 1,  | 15) 2, |
| 2) 3, | 9) 2,  | 16) 3, |
| 3) 2, | 10) 1, | 17) 3, |
| 4) 1, | 11) 2, | 18) 3, |
| 5) 3, | 12) 1, | 19) 3, |
| 6) 3, | 13) 3, | 20) 1, |
| 7) 3, | 14) 1, | 21) 1. |

## ТЕСТ ПО ОБЖ «Безопасность и защита человека в ЧС»

**ЗАДАНИЕ:** выбрать правильный ответ

**1.** Какого основного правила надо придерживаться, ожидая посадки в транспорт при остановке?

- 1) осуществлять посадку и высадку только после полной остановки
- 2) посадку осуществлять через заднюю дверь, высадку через переднюю,
- 3) не стремиться быть в первых рядах, особенно в час пик.

**2.** Как вы поступите, если в автобусе или вагоне метро увидите бесхозный чемодан, пакет или дипломат?

- 1) скорее всего не обратите на него внимание,
- 2) сообщите шофёру или работнику метро,
- 3) посмотрите, что внутри, и тогда решите, что делать

**3.** В поезде вы почувствовали запах гари, выглянув из купе, вы увидели, что проход весь в едком дыме, поступающем откуда-то снизу. Как вы будете действовать?

- 1) взяв ценные вещи и документы, пригнувшись, побежите предупредить проводника и уйдёте в другой вагон,
- 2) нажмёте стоп-кран, смочите простынь лимонадом или чаем и, дыша через неё, покинете вагон, взяв маленьких детей на руки.

**4.** Можно ли ходить вдоль ж/д путей?

- 1) можно, не ближе 5м от крайнего рельса,

- 2) да, если есть тропинка вдоль путей,
  - 3) нельзя ни при каких обстоятельствах.
- 5. Где лучше всего ожидать поезда в метро?**

- 1) у края перрона,
- 2) не ближе 1м от края,
- 3) у стены.

**6. Заходя в самолёт, на судно или др. вид транспорта, всегда надо выполнять основное правило безопасности. Какое?**

1) выполнять все требования обслуживающего персонала, без необходимости не задерживаться на входе-выходе,

2) найти аварийные выходы, спасательные средства и средства пожаротушения, прочитать всю информацию по правилам пользования ими.

**7. При захвате вашего транспорта террористами надо соблюдать нижеперечисленные правила безопасности. Какое из них содержит ошибку?**

1) не пытайтесь самостоятельно обезвредить террористов, не вступайте с ними в споры, выполняйте все их требования.

2) старайтесь не привлекать к себе их внимания, спрячьтесь куда-нибудь, не делайте лишних, резких и подозрительных движений.

3) если освобождают часть заложников, детей и больных, старайтесь попасть в их число.

**8. Назовите зоны с наивысшей степенью криминальной опасности:**

- 1) поезда, самолёты, метрополитен.
- 2) театры, стадионы, супермаркеты.
- 3) вокзалы, рынки

**9. Как вы поступите, если вам надо перейти на др. сторону площади, на которой идёт митинг или пикетирование, демонстрация?**

1) обойдёте площадь по соседним улицам, держась подальше от стоящих машин и мусорных контейнеров.

2) постараетесь пройти по наиболее свободной части площади, выясняя по пути, что здесь происходит.

3) попробуете пройти как можно ближе к трибуне, чтобы быть в курсе политических событий и иметь возможность выразить своё мнение

**10. Найдите ошибку в перечисленных ниже правилах безопасного поведения при массовых волнениях и панике в толпе:**

1) не высказывайте вслух своё негативное отношение о происходящем, не пользуйтесь кинофотоаппаратурой.

2) держите руки свободными, снимите галстук и шарф, застегните все пуговицы и молнии, прижмите сумку к животу.

3) избегайте центра толпы и стеклянных витрин, старайтесь не упасть, держитесь ближе к стенам домов и оградкам, чтобы можно было ухватиться при необходимости.

**11. Если при разгоне демонстрации вас задерживает милиция, нужно придерживать следующих правил:**

- А)- не бежать, избегать криков и резких движений,
- Б)- выражать всем своим видом нейтралитет,
- В)- держать документы наготове,

Г)- постараться сразу же объяснить работникам милиции случайность вашего присутствия на митинге,

Д)- в отделении попросить дежурного сообщить по телефону вашим родственникам, где вы находитесь. Найдите ошибочные рекомендации.

1) все правильны, 2) неправильно – г, 3) неправильно – д.

**12.** Если вас преследуют на безлюдных улицах, что из перечисленного ниже вы НЕ станете делать?

1) бежать к освещённым и людным местам: магазинам, аптекам, вокзалам.

2) забегать в подъезды жилых домов, громко призывая на помощь, стучать и звонить во все двери,

3) громко кричать, свистеть в свисток.

**13.** Возвращаясь в сумерках домой, станете ли вы выполнять перечисленные ниже правила?

А)- избегайте малоллюдных и неосвещённых улиц,

Б)- не ходите неосвещёнными подземными переходами,

В)- не прижимайтесь к стенам домов, держитесь края тротуара,

Г)- не ходите вдоль производственных заборов.

1) да, надо выполнять всё. 2) все, кроме – б, 3) все, кроме – в.

**14.** Если у вас под угрозой расправы отбирают сумку и деньги, а помощи ждать неоткуда, как вы поступите?

1) отдадите без сопротивления, ваша безопасность дороже,

2) будете сопротивляться, постараетесь вырваться и убежать,

3) будете громко кричать в надежде, что вас услышат и помогут

**15.** У вашего брата нет ключа от дома, скоро он вернётся из школы, а вам надо срочно уходить. Как вы поступите?

1) оставите ключ у соседей,

2) спрячете ключ под половиком,

3) спрячете за почтовым ящиком или в др. тайнике.

**16.** Какое из перечисленных правил по защите жилища относится к информационной безопасности

1) врежьте в дверь 2 замка, глазок и цепочку, уходя, запирайте все окна, форточки, балкон и все замки, не оставляйте ключи в укромных местах.

2) уходя надолго в гости, оставляйте включёнными радио и свет на кухне, уезжая, просите соседей забирать почту из ящика.

3) если в дверь позвонили, посмотрите в глазок, незнакомым не открывайте, дверная цепочка позволит вам проверить служебное удостоверение пришедшего

**17.** При разговоре по телефону с вымогателем надо попытаться:

А)- получить максимум информации о звонившем: пол, возраст, дефекты речи, акцент слова паразиты и т.д.

Б)- оценить характер и реальность угроз, степень информированности преступника о вас и вашей семье

В)- убедить преступника отказаться от своих замыслов

1) все действия верны, 2) все, кроме – в, 3) всё неверно.

**18.** Что называется виктимным поведением ?

1) поведение, граничащее с хулиганскими действиями,

- 2) неверие в свои силы, избегание конфликтов, сильное их переживание,
- 3) поведение потенциальной жертвы, провоцирующее преступника.

**19.** На рынке на почве общих интересов вы познакомились с женщиной.

Неожиданно на ваших глазах он находит пакет с деньгами. Как вы поступите?

- 1) попытаетесь забрать находку себе.
- 2) поделите деньги поровну.
- 3) вежливо откажетесь и уйдёте.

**20.** Назовите самые опасные поражающие факторы пожара:

- 1) температура среды и токсичные продукты горения.
- 2) открытый огонь и пониженная концентрация кислорода.
- 3) потеря видимости вследствие задымления.

**21.** Почему в частных домах с печным отоплением нельзя закрывать печную заслонку раньше, чем прогорит всё топливо?

- 1) закрывать её можно и нужно, чтобы не уходило тепло.
- 2) недогоревшее топливо задымит весь дом.
- 3) в дом станет поступать угарный газ.

**22.** Почему, входя в горящее помещение, нельзя резко открывать дверь?

- 1) сверху может рухнуть переборка.
- 2) поступающий через двери кислород взрывоопасно воспламенится.
- 3) из-за сильного жара.

**23.** При эвакуации из затопленного здания нельзя пользоваться:

- 1) пожарными лестницами.
- 2) электричеством и лифтами.
- 3) подвалом.

**24.** На железной дороге запрещено: а- стоять ближе 5м от проходящего поезда или внутри соседней колеи, б- открывать двери на ходу, влезать на крышу, в- на ходу высовывать из окна руки или голову. Какие из этих правил должны выполняться в обязательном порядке?

- 1) только а, б.
- 2) б, в.
- 3) все правила обязательны.

**25.** Почему нежелательно находиться рядом с митинговой трибуной, стоящим автомобилем, мусорным контейнером, чьим- то оставленным дипломатом?

1) потому, что при волнениях толпы это может стать причиной травмы или падения.

2) потому, что в них могут находиться взрывные устройства.

**26.** При возникновении беспорядков в магазине надо держаться подальше:

- 1) от охранников,
- 2) от стеклянных дверей и витрин,
- 3) от прилавков.

**27.** В целях безопасности перед тем, как открыть дверь своей квартиры, вы, прежде всего должны:

- 1) убедиться, что на площадке и лестничных пролётах нет посторонних,
- 2) удостовериться в исправности и нетронутости замков двери,
- 3) осмотреть двери: нет ли в ней записок, спичек, липкой ленты.

**28.** Какие действия вы предпримете при нападении на вас в лифте?

А)- поднимите шум, будете кричать и звать на помощь

Б)- не подпускать нападающего к пульта управления

В)- нажмёте кнопку «вызов», чтобы лифтёр вас слышал

Г)- используете все доступные методы сопротивления: острый каблук, зонтик, авторучку

Д)- если лифт открылся, выскочите на площадку или улицу, поднимите шум, вызовете милицию.

1) все, 2) только б, г, д. 3) все, кроме – в.

**29.** При возникновении уличной перестрелки, лучше всего:

А)- сразу лечь,

Б)- оглянуться в поисках укрытия,

В)- можно укрыться за ближайшим автомобилем или под ним,

Г)- проскользнуть в подворотню, подъезд или окно первого этажа,

Д)- удобное место спасения – подземный переход.

1) всё, 2) всё, кроме – в, 3) только а, б, г.

**30.** Как вы поступите, если на вас напали в подъезде вашего дома?

1) постараетесь вырваться и добежать до своей квартиры,

2) окажете сопротивление всеми доступными способами,

3) поднимите шум, станете звонить во все двери.

#### **ОТВЕТЫ:**

1) 1,	12) 2	23) 2
2) 2.	13) 1	24) 3
3) 2	14) 1	25) 2
4) 1	15) 1	26) 2
5) 3	16) 2	27) 1
6) 2	17) 2	28) 1
7) 2	18) 3	29) 2
8) 3	19) 3	30) 3.
9) 1	20) 1	
10) 3	21) 3	
11) 2	22) 2	

### **ТЕСТ ВООРУЖЁННЫЕ СИЛЫ РФ**

**ЗАДАНИЕ:** выберите правильный ответ

**1.** Система политических, экономических, военных, социальных и правовых мер по обеспечению готовности Государства к защите от вооружённого нападения, а также защите населения, территории и суверенитета РФ:

1) система пограничной службы,

2) оборона,

3) мобилизация

**2.** Для чего создаются ВС и устанавливается воинская обязанность граждан РФ?

1) для осуществления военных действий

2) для сохранения целостности РФ

3) для обороны с применением средств вооружённой борьбы

**3. Назначение ВС РФ:**

А)- отражение агрессии;

Б)- нанесение агрессору поражения;

В)- поддержание целостности РФ;

Г)- выполнение международных обязательств РФ

1) а, б, в, г    2) а, б, г    3) а, б

**4. Комплектование ВС осуществляется на основе:**

А)- призыва граждан РФ;

Б)- по контракту;

В)- по найму

1) а, б, в    2) а, в    3) а, б

**5. Военная обязанность граждан РФ предусматривает:**

А)- воинский учёт;

Б)- подготовку к военной службе;

В)- поступление на военную службу;

Г)- прохождение военной службы;

Д)- пребывание в запасе;

Е)- военное обучение в военное время

1) всё    2) всё, кроме – д    3) а, б, в, г

**6. От воинской обязанности освобождаются граждане:**

А)- мужского пола, моложе 16 лет и старше 60 лет;

Б)- женщины;

В)- женского пола, моложе 18 лет и старше 50 лет;

Г)- не годные к службе по состоянию здоровья;

Д)- имеющих двух и более детей

1) а, в, г    2) а, б, г, д    3) а, б

**7. Первоначальная постановка граждан на воинский учёт осуществляется:**

1) с 16 лет

2) с 17 лет

3) в год достижения 17 лет

**8. В каких случаях граждане подлежат уголовной ответственности за уклонение от призыва на военную службу:**

А)- за неявку по повестке о призыве без уважительной причины;

Б)- получивший путём обмана незаконную отсрочку от призыва;

В)- получивший путём обмана незаконное освобождение

1) а, б, в    2) б, в    3) а

**9. Уважительной причиной неявки гражданина по вызову военного комиссариата является:**

А)- заболевание или увечье гражданина, связанные с потерей трудоспособности;

Б) - тяжёлое состояние здоровья или смерть близкого родственника;

В)- тяжёлое состояние здоровья или смерть человека, на воспитании которого находился призывник;

Г)- стихийное препятствие, лишившее гражданина возможности прибыть вовремя в военкомат;

Д)- иные обстоятельства, признанные судом уважительной причиной

1) а, б, г 2) все, кроме – в 3) все

**10.** В течение какого срока гражданин должен встать на воинский учёт при смене места жительства:

1) в течение 7 дней

2) за 2 недели

3) не позднее 2 месяцев

**11.** В каком возрасте гражданин подлежит призыву на военную службу?

1) с 18 по 28 лет

2) с 17 по 45 лет

3) с 18 по 27 лет

**12.** Какие категории граждан освобождаются от призыва на военную службу:

А)- признанные негодными по состоянию здоровья;

Б)- прошедшие военную или альтернативную службу;

В)- прошедшие военную службу в другом государстве;

Г)- гражданин, родной брат которого погиб во время прохождения военной службы по призыву;

Д)- не может быть призван гражданин с неснятой судимостью за тяжкое преступление;

Е)- имеющий ребёнка в возрасте до двух лет

1) все 2) все, кроме – е 3) а, б, в, г

**13.** Назовите деяния, считающиеся воинскими преступлениями и наказываемые в соответствии с требованиями УК РФ:

А)- неповиновение;

Б) - неисполнение приказа,

В)- сопротивление, угроза или насильственные действия по отношению к начальнику;

Г)- оскорбление начальника или подчинённого;

Д)- неуставные взаимоотношения;

Е) - самовольная отлучка или оставление в/ч;

Ж)- дезертирство;

З)- утрата или умышленное повреждение воинского имущества и техники;

И)- нарушение уставных правил;

К)- разглашение военной тайны

1) все 2) все, кроме – и 3) а, б, д, е, ж, з, к

**14.** Является ли воинским преступлением злоупотребление и превышение власти, халатное отношение к службе?

1) да

2) нет

**15.** Является ли воинским преступлением мародёрство и насилие над населением в районах военных действий?

1) да

2) нет

**16.** На основе какого документа в войсках организуется жизнь, быт и распорядок дня военнослужащих?

- 1) закон «Об обороне»,
- 2) устав внутренней службы,
- 3) устав караульной службы

**17.** Расставьте воинские звания в порядке от младшего к старшему:

- А) – сержант,
- Б)– старшина,
- В) – младший сержант,
- Г) – старший сержант.

1) б, в, а, г.    2) в, а, б, г.    3) в, а, г, б.

**18.** Укажите звания младшего офицерского состава сухопутных войск:

- А)- младший лейтенант;
- Б)- лейтенант;
- В)- подполковник;
- Г)- старший лейтенант;
- Д)- майор;
- Е)- капитан

1) а, б, г, е    2) а, б, г, е, д    3) а, б, г, д, е

**19** Какое из перечисленных званий присваивается высшему офицерскому составу?

- 1) майор,
- 2) генерал-майор,
- 3) полковник

**ОТВЕТЫ:**

- |        |        |
|--------|--------|
| 1) 2,  | 11) 3, |
| 2) 3,  | 12) 2, |
| 3) 2,  | 13) 1, |
| 4) 3,  | 14) 1  |
| 5) 1,  | 15) 1, |
| 6) 1,  | 16) 2, |
| 7) 3,  | 17) 3, |
| 8) 1,  | 18) 1, |
| 9) 3,  | 19) 2  |
| 10) 2, |        |

**ТЕСТ ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ № 1**

**ЗАДАНИЕ:** выбрать правильный ответ

**1.** Что делать при переломе плеча, если необходимые шины отсутствуют?

- 1) добраться до ближайшей аптеки и купить
- 2) найти проволоку и попытаться изготовить шины
- 3) прибинтовать согнутую руку к туловищу

**2.** При каких поражениях пострадавшего кладут в тень с приподнятой головой, снимают тесную одежду кладут холод на голову и грудь, дают обильное питьё?

- 1) утопление
- 2) обморок
- 3) тепловой удар

**3.** Что нужно сделать, если ушиб пришёлся на мягкие ткани бедра?

1) конечность туго забинтовать, наложить шину, обеспечить покой  
2) на месте ушиба наложить тугую повязку, пузырь со льдом, конечности придать возвышенное положение, покой

3) ногу уложить на мягкий свёрток, к повреждённому месту приложить лёд

**4.** Назовите типичные признаки наступающего утомления:

- 1) головокружение, резь в глазах, повышенная потливость
- 2) головокружение, дрожь в конечностях, возбуждённость
- 3) сонливость, вялость, притупление внимания

**5.** Как правильно снять одежду с пострадавшего при повреждении руки или ноги?

- 1) сначала с повреждённой конечности, потом со здоровой
- 2) сначала со здоровой конечности
- 3) не имеет значения

**6.** Как правильно надеть на пострадавшего куртку при ранении руки?

- 1) сначала на больную руку, затем на здоровую
- 2) надевают на обе руки одновременно
- 3) сначала на здоровую, затем на больную

**7.** Какое повреждение характеризуется нарушением целостности кожных покровов, слизистых оболочек, а иногда и глубоких тканей, сопровождается болью, кровотечением и зиянием?

- 1) рана
- 2) перелом
- 3) пневмоторакс

**8.** Какое кровотечение является самым опасным?

- 1) внутреннее
- 2) артериальное
- 3) венозное

**9.** Совокупность мероприятий, направленных на предупреждение попадания микробов в рану:

- 1) антисептика,
- 2) асептика,
- 3) дезинфекция

**10.** Дополните фразу: «меры по борьбе с болезнетворными микроорганизмами в ране называется \_\_\_\_\_» (выберите ответ):

- 1) асептикой,
- 2) антисептикой,
- 3) дезинфекцией

**11.** Какие суставы надо обездвижить при переломе предплечья?

- 1) лучезапястный и локтевой
- 2) плечевой и локтевой

- 3) суставы кисти и лучезапястный
- 12. Какие суставы надо обездвижить при переломе плеча?**
- 1) лучезапястный и локтевой
  - 2) локтевой и плечевой
  - 3) суставы кисти, локтевой и плечевой
- 13. Какие суставы надо обездвижить при переломе бедра?**
- 1) голеностопный
  - 2) голеностопный и коленный
  - 3) голеностопный, коленный и тазобедренный
- 14. Доврачебная помощь при растяжении связок, вывихе и ушибе суставов:**
- 1) тепло на место повреждения и наложить шины;
  - 2) приём жаропонижающих средств
  - 3) холод на место повреждения и тугое бинтование
- 15. Доврачебная помощь при закрытом переломе костей:**
- 1) шина – на место перелома без захвата соседних суставов
  - 2) шина – на место перелома с захватом верхнего сустава
  - 3) шина – на место перелома с захватом верхнего и нижнего суставов
- 16. Что такое шина, используемая при переломах?**
- 1) отрезок автомобильной шины
  - 2) специальная проволочная решётка
  - 3) полоска мягкого металла
- 17. На какой срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут зимой?**
- 1) на 2 часа
  - 2) не более 1 часа
  - 3) время не ограничено
- 18. Выходение крови из кровеносных сосудов наружу через повреждения кожных покровов или во внутренние ткани и полости:**
- 1) ранение
  - 2) пневмоторакс
  - 3) кровотечение
- 19. Чем контролируется правильность наложения жгута?**
- 1) цветом кожи на конечности
  - 2) цветом крови
  - 3) отсутствием пульса на периферическом сосуде
- 20. Чем завершается доврачебная помощь при переломах**
- 1) наложение повязки
  - 2) иммобилизация
  - 3) остановка кровотечения
- 21. При проведении сердечно-лёгочной реанимации в одиночку какое надо соблюдать соотношение между вдуванием воздуха и толчками на грудину?**
- 1) 1 к 5
  - 2) 2 к 15
  - 3) 1 к 8
- 22. Три главных признака клинической смерти:**
- А)- отсутствие сознания,

- Б)- сильные боли в области сердца,
- В)- широкие, не реагирующие на свет зрачки,
- Г)- отсутствие пульса на сонной артерии,
- Д)- помутнение роговицы и появление феномена «кошачий глаз»,
- Е)- стёклышко, поднесённое ко рту, не запотеваает.

1) а, б, е.      2) а, г, д.      3) а, в, г.

**23. Признаки биологической смерти:**

- А)- отсутствие реакции зрачков на свет,
- Б)- отсутствие пульса на сонной артерии,
- В)- помутнение роговицы и появление феномена «кошачий глаз»,
- Г)- появление трупных пятен,
- Д)- обильное кровотечение

1) а, б, г      2) а, б, в, г      3) все

**24. Комплекс сердечно-лёгочной реанимации включает в себя:**

- А)- измерение артериального давления,
- Б)- наложение на раны стерильных повязок,
- В)- наложение шин на повреждённые конечности,
- Г)- прекардиальный удар,
- Д)- непрямой массаж сердца,
- Е)- ИВЛ

1) а, б, в      2) г, д, е      3) а, д, е

**25. Прекардиальный удар наносят:**

- 1) в область сердца, по левой половине грудной клетки
- 2) по мечевидному отростку грудины
- 3) в область нижней трети грудины на 2 – 3 см выше мечевидного отростка

**ОТВЕТЫ:**

- |        |        |
|--------|--------|
| 1) 3,  | 19) 3, |
| 2) 3,  | 20) 2, |
| 3) 2,  | 21) 2  |
| 4) 3,  | 22) 3, |
| 5) 2,  | 23) 2, |
| 6) 1,  | 24) 2, |
| 7) 1,  | 25) 3  |
| 8) 2,  |        |
| 9) 2,  |        |
| 10) 1, |        |
| 11) 1, |        |
| 12) 2, |        |
| 13) 3  |        |
| 14) 3, |        |
| 15) 3, |        |
| 16) 2, |        |
| 17) 2, |        |
| 18) 3, |        |

## ТЕСТ ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ № 2

ЗАДАНИЕ: выбрать правильный ответ

**1.** В походе вас застала гроза, после близкого удара молнии ваш товарищ упал, признаки жизни отсутствуют, на теле обширные кроваво-красные полосы. Что с ним произошло?

- 1) отравился
- 2) поскользнулся, упал, ударился головой
- 3) электрошок

**2.** Что вы будете делать при поражении вашего товарища молнией?

- А)- сердечно-лёгочную реанимацию
- Б)- закапывать его в землю для отвода электричества;
- В)- растереть обожжённые участки тела спиртом;
- Г)- не трогать, пока не придёт в сознание;
- Д)- дадите средства, стимулирующие сердечную деятельность

1) б, в    2) только – г    3) а, д.

**3.** Доврачебная помощь при отравлении угарным газом?

- 1) вызвать рвоту
- 2) холод на голову
- 3) вынести на свежий воздух

**4.** Состояние, возникающее вследствие сильной психической или физической травмы, чрезмерное раздражение нервов и мозга, при обширных травматических повреждениях тканей с переломами крупных костей:

- 1) шок,
- 2) нервный срыв,
- 3) психоз

**5.** Назовите фазы травматического шока:

- А)- возбуждение;
- Б)- перевозбуждение;
- В)- утомление;
- Г)- торможение

1) все    2) а, б, г    3) а, г

**6.** Первая помощь при шоке:

1) уложить пострадавшего, дать обезболивающее, постараться согреть, обеспечить покой;

2) обрызгать лицо холодной водой, энергично растереть кожу лица, дать обильное питьё;

3) положить на спину, на лоб и затылок наложить холодные примочки

**7.** Порядок оказания первой помощи при ранениях:

1) остановка кровотечения, обеззараживание, наложение стерильной повязки, обездвиживание

2) удаление инородных тел, наложение повязки и отправка в медпункт

**8.** Какие кровотечения останавливают жгутом?

- 1) паренхиматозное
- 2) капиллярное
- 3) артериальное

**9.** Какие кровотечения останавливают давящей повязкой?

- 1) паренхиматозное
- 2) капиллярное
- 3) венозное

**10.** Доврачебная помощь при проникающем ранении грудной клетки:

- 1) плотно закрыть отверстие повязкой
- 2) искусственное дыхание
- 3) приём обезболивающей таблетки

**11.** В каком порядке оказывать помощь пострадавшему, если у него отсутствуют пульс и дыхание?

- 1) непрямой массаж сердца, освобождение дыхательных путей, искусственное дыхание
- 2) освобождение дыхательных путей, искусственное дыхание, наружный массаж сердца
- 3) искусственное дыхание, наружный массаж сердца, освобождение дыхательных путей

**12.** Что нельзя делать при оказании первой помощи обожжённому:

- А)- снимать прилипшую одежду;
- Б)- накладывать повязку;
- В)- прокалывать пузыри,
- Г)- смазывать ожог жиром или мазью;
- Д)- давать пострадавшему пить.

- 1) а, д
- 2) а, в, г
- 3) в, г, д

**13.** Для начальной стадии шока характерны:

- А)- бледность кожных покровов,
- Б)- неадекватное поведение и отношение к своему состоянию,
- В)- апатия,
- Г)- нормальный уровень АД,
- Д)- психомоторное возбуждение,
- Е)- покраснение кожи лица и шеи,
- Ж)- резкое снижение уровня АД,
- З) - отсутствие пульса на сонной артерии,
- И)- состояние комы

- 1) все
- 2) а, б, г, д
- 3) б, в, з, и

**ОТВЕТЫ:**

- |       |        |
|-------|--------|
| 1) 3, | 8) 3,  |
| 2) 3, | 9) 3,  |
| 3) 3, | 10) 1, |
| 4) 1, | 11) 2, |
| 5) 3, | 12) 2, |
| 6) 1, | 13) 2. |
| 7) 1, |        |

### ТЕСТ ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ № 3

ЗАДАНИЕ: выбрать правильный ответ

1. Нарушение терморегуляции организма, сопровождающееся расстройством жизненно важных функций в результате длительного воздействия высоких температур:
  - 1) лучевая болезнь
  - 2) тепловой удар
  - 3) ожог
2. Что делать при переломе плеча, если необходимые шины отсутствуют?
  - 1) добраться до ближайшей аптеки и купить
  - 2) найти проволоку и попытаться изготовить шины
  - 3) прибинтовать согнутую руку к туловищу
3. При каких поражениях пострадавшего кладут в тень с приподнятой головой, снимают тесную одежду кладут холод на голову и грудь, дают обильное питьё?
  - 1) утопление
  - 2) обморок
  - 3) тепловой удар
4. При каких поражениях пострадавшего укладывают с приподнятыми ногами, расстёгивают ворот, протирают лицо холодной водой, дают нюхать нашатырь, при необходимости делают искусственное дыхание?
  - 1) отравление
  - 2) утопление
  - 3) обморок
5. В каком случае пострадавшему делают искусственное дыхание и непрямой массаж сердца, затем тепло укрывают и дают горячее питьё?
  - 1) укус змеи
  - 2) утопление
  - 3) отравление грибами
6. Что нужно сделать, если ушиб пришёлся на мягкие ткани бедра?
  - 1) конечность туго забинтовать, наложить шину, обеспечить покой
  - 2) на месте ушиба наложить тугую повязку, пузырь со льдом, конечности придать возвышенное положение, покой
  - 3) ногу уложить на мягкий свёрток, к повреждённому месту приложить лёд
7. Назовите типичные признаки наступающего утомления:
  - 1) головокружение, резь в глазах, повышенная потливость;
  - 2) головокружение, дрожь в конечностях, возбуждённость;
  - 3) сонливость, вялость, притупление внимания
8. Как выполняется сердечно-лёгочная реанимация, если оживление проводят два человека ?
  - 1) 3 надавливание на гр. клетку на одно вдувание воздуха;
  - 2) на одно вдувание воздуха 5 надавливаний на область сердца;
  - 3) 2 вдувания воздуха – 15 надавливаний
9. Чтобы остановить носовое кровотечение, нужно:
  - 1) запрокинуть голову назад, сделать несколько вдохов через нос и высморкаться, ввести в ноздри тампоны;

- 2) запрокинуть голову назад, на область носа положить холод;
- 3) наклонить голову назад, сжать нос на 3 мин, в ноздри ввести тампоны, смоченные 3-процентным раствором перекиси водорода, на нос – холод.

**10.** Тяжёлое осложнение, обусловленное всасыванием в кровь токсических веществ, являющихся продуктами распада разможжённых мягких тканей:

- 1) лучевая болезнь
- 2) синдром длительного сдавливания
- 3) ожог

**11.** Раны, возникающие при грубом механическом воздействии, сопровождающиеся отслоением кожи, повреждением сухожилий и мышц, часто инфицированные слюной:

- 1) колотые
- 2) резаные
- 3) рваные или укушенные

**12.** Какое кровотечение является самым опасным?

- 1) внутреннее
- 2) артериальное
- 3) венозное

**13.** Совокупность мероприятий, направленных на предупреждение попадания микробов в рану:

- 1) антисептика,
- 2) асептика,
- 3) дезинфекция

**14.** система мероприятий, направленных на уменьшение количества микробов или их уничтожение в ране:

- 1) антисептика
- 2) асептика
- 3) дезинфекция

**15.** Какие суставы надо обездвижить при переломе плеча?

- 1) лучезапястный и локтевой
- 2) локтевой и плечевой
- 3) суставы кисти, локтевой и плечевой

**16.** Какие суставы надо обездвижить при переломе бедра?

- 1) голеностопный
- 2) голеностопный и коленный
- 3) голеностопный, коленный и тазобедренный

**17.** Доврачебная помощь при растяжении связок, вывихе и ушибе суставов:

- 1) тепло на место повреждения и наложить шины;
- 2) приём жаропонижающих средств
- 3) холод на место повреждения и тугое бинтование

**18.** Состояние, возникающее вследствие сильной психической или физической травмы, чрезмерное раздражение нервов и мозга, при обширных травматических повреждениях тканей с переломами крупных костей:

- 1) шок,
- 2) нервный срыв,

3) психоз

**19.** Назовите фазы травматического шока:

А)- возбуждение;

Б)- перевозбуждение;

В)- утомление;

Г)- торможение

1) все 2) а, б, г 3) а, г

**20.** Первая помощь при шоке:

1) уложить пострадавшего, дать обезболивающее, постараться согреть, обеспечить покой;

2) обрызгать лицо холодной водой, энергично растереть кожу лица, дать обильное питьё;

3) положить на спину, на лоб и затылок наложить холодные примочки

**21.** На какой срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут зимой?

1) на 2 часа

2) не более 1 часа

3) время не ограничено

**22.** В каком положении следует транспортировать пострадавшего ( если он в сознании) с повреждением позвоночника?

1) лёжа на животе на жёстком щите

2) лежа на спине на жёстком щите

3) на спине или на животе на мягкой ткани

**23.** Как транспортировать пострадавшего с закрытой травмой живота?

1) на боку или спине с горячей грелкой у живота

2) лёжа, с холодом на месте ушиба

3) лёжа, с согнутыми в коленях ногами

**24.** Порядок оказания первой помощи при ранениях:

1) остановка кровотечения, обеззараживание, наложение стерильной повязки, обездвиживание

2) удаление инородных тел, наложение повязки и отправка в медпункт

**25.** Выходение крови из кровеносных сосудов наружу через повреждения кожных покровов или во внутренние ткани и полости:

1) ранение

2) пневмоторакс

3) кровотечения

**26.** Повреждение, характеризующееся смещением суставных поверхностей костей конечности:

1) вывих

2) растяжение

3) перелом

**27.** Нарушение целостности кости с образованием двух отломков:

1) вывих

2) множественный перелом

3) единичный перелом

**28.** Повреждение кожи и слизистой оболочки в результате воздействия высоких температур, крепких кислот или щелочей, радиоактивных веществ:

- 1) лучевая болезнь
- 2) ожог
- 3) рана

**29.** Какие из способов подходят для остановки артериального кровотечения: а- фиксация при максимальном изгибе; б- закрутка; в- тугая повязка; г- пальцевое прижатие; д- жгут

- 1) все
- 2) все, кроме – в
- 3) б, д

**30.** Что необходимо указать в записке, подложенной под жгут:

- А)- дату наложения;
- Б)- кровопотери;
- В)- время наложения;
- Г)- время ранения;
- Д)- отметку об ослаблениях

- 1) а, в, д
- 2) все, кроме – б
- 3) все

**31.** Какие кровотечения останавливают давящей повязкой?

- 1) паренхимальное
- 2) капиллярное
- 3) венозное

**32.** Какие кровотечения останавливают закруткой?

- 1) артериальные
- 2) внутренние
- 3) венозные

**33.** Чем завершается доврачебная помощь при переломах

- 1) наложение повязки
- 2) иммобилизация
- 3) остановка кровотечения

**34.** Признаки внутреннего кровотечения:

- 1) бледность, одышка, холодный пот, слабый пульс
- 2) бледность, набухание вен на шее
- 3) слабость, покраснение кожи лица, головная боль

**35.** ПМП при внутренних кровотечениях:

- А)- понизить кровяное давление,
- Б)- вынести на свежий воздух,
- В)- холод на предполагаемое место кровотечения,
- Г)- холод на голову

- 1) все
- 2) все, кроме – г
- 3) только – в

**36.** Признаки пищевого отравления:

- 1) тошнота, рвота, температура, боли в животе
- 2) тошнота, понос, головная боль, насморк
- 3) тошнота, рвота, кашель

**37.** ПМП при пищевом отравлении:

- А)- холод на живот и таблетки от боли в желудке,
  - Б)- тепло на живот и таблетки от боли в желудке,
  - В)- таблетки от боли в желудке и вызвать рвоту,
  - Г) - выпить 3 стакана тёплой воды, вызвать рвоту, выпить активированного угля
- 1) а или б    2) в    3) г

**38. Характерные признаки сотрясения мозга:**

- 1) сонливость, вялость, учащение пульса и дыхания, бледность.
- 2) головокружения, головная боль, тошнота и рвота, шум в ушах, кома
- 3) покраснение кожных покровов, повышенное слюноотделение, потемнение в глазах, нарушение речи

**39. При проведении сердечно-лёгочной реанимации в одиночку какое надо соблюдать соотношение между вдуванием воздуха и толчками на грудину?**

- 1) 1 к 5
- 2) 2 к 15
- 3) 1 к 8

**40. Признаки ожога 1 – 2 степени:**

- А)- покраснение кожи,
  - Б)- боль,
  - В)- появление пузырей,
  - Г)- иссушение и растрескивание кожи.
- 1) все    2) все, кроме – г    3) а, б

**41. Что нельзя делать при оказании первой помощи обожжённому:**

- А)- снимать прилипшую одежду;
  - Б)- накладывать повязку;
  - В) прокалывать пузыри,
  - Г)- смазывать ожог жиром или мазью;
  - Д)- давать пострадавшему пить.
- 1) а, д    2) а, в, г    3) в, г, д

**42. Первая помощь при ожогах кислотами:**

- 1) поражённый участок немедленно протереть спиртом, смазать маслом, наложить стерильную повязку;
- 2) поражённый участок обработать спиртом, затем холодной водой, наложить примочки из содового раствора;
- 3) поражённый участок обмывать холодной водой 10 – 15 мин, приложить примочки из содового раствора.

**ОТВЕТЫ:**

1 - 2	5 - 2	9 - 3	13 - 2	17 - 3	21 - 2	25 - 3	29 - 2	33 - 2	37 - 3	41 - 2
2 - 3	6 - 2	10 - 2	14 - 1	18 - 1	22 - 2	26 - 1	30 - 1	34 - 1	38 - 2	42 - 3
3 - 3	7 - 3	11 - 3	15 - 2	19 - 3	23 - 3	27 - 3	31 - 3	35 - 3	39 - 2	
4 - 3	8 - 2	12 - 2	16 - 3	20 - 1	24 - 1	28 - 2	32 - 1	36 - 1	40 - 2	

**Задание 1**

**Вопросы для собеседования**

1. Основы обороны государства;
2. Основы национальной безопасности;
3. Военная доктрина РФ;
4. Обеспечение военной безопасности;
5. ВС РФ – основа обороны государства;
6. Виды ВС РФ и их предназначение;
7. Отдельные рода войск, не входящие в состав видов ВС РФ;
8. Другие войска и их предназначение;
9. Военная служба – особый вид Государственной службы;
10. Общие и должностные обязанности военнослужащих;
11. Военская дисциплина, её сущность и значение;
12. Уголовная ответственность за преступления против военной службы;
13. Определение правовой основы военной службы в Конституции РФ;
14. Сущность МГП и его основные источники;
15. Права и свободы военнослужащих;
16. Символы воинской чести и славы;
17. Боевое знамя воинской части – символ воинской чести и славы.

**Оценочные средства для итогового контроля (промежуточной аттестации)**

**Вопросы для дифференцированного зачета**

**основы обороны государства**

1. Дать определение национальной безопасности РФ.
2. Национальные интересы РФ.
3. Интересы личности в свете национальной безопасности.
4. Дать определение общественной безопасности.
5. Дать определение государственной безопасности РФ.
6. Военная доктрина, её определение и правовая основа военной доктрины РФ.

**МО РФ**

1. Организационная структура Вооруженных Сил.
2. Вооружённые Силы РФ – основа обороноспособности РФ.
3. Виды Вооружённых Сил РФ. Их предназначение.
4. Рода войск входящие в состав Сухопутных войск ВС РФ – их предназначение.
5. Состав войск входящие в состав ВМФ ВС РФ – их предназначение.
6. Состав войск входящие в состав ВВС ВС РФ – их предназначение.
7. Отдельные рода войск, не входящие в состав ВС РФ. Их предназначение.
8. Общие должностные и служебные обязанности военнослужащих вооружённых сил РФ.
9. Военская дисциплина, её сущность и значение.
10. Обще воинские Уставы ВС РФ.
11. Уголовная ответственность военнослужащих за преступления против военной службы.
12. Определение правовой основы военной службы в Конституции РФ.
13. Сущность МГП и его основные источники.
14. Права и свободы военнослужащих. Льготы, предоставляемые военнослужащим.

### **МЧС РФ**

1. Характеристика ЧС природного характера.
2. Характеристика ЧС техногенного характера
3. Конфликтные и бесконфликтные ЧС, их характеристика и причины возникновения
4. РСЧС – цель создания, задачи по защите населения от ЧС природного и техногенного характера
5. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.
6. История создания и развития системы ГО
7. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС.
8. Инженерная защита населения от ЧС природного, техногенного и военного характера
9. Порядок использования инженерных сооружений для защиты населения от ЧС техногенного и природного характера
10. Организация и выполнение эвакуационных мероприятий в условиях ЧС природного и техногенного характера.
11. Система защиты населения в условиях ЧС мирного и военного времени. (показать схемой)
12. Основные положения по эвакуации населения в условиях ЧС природного и техногенного характера
13. Способы защиты населения в условиях ЧС природного и техногенного характера.
14. Средства коллективной защиты населения в условиях ЧС мирного и военного времени. Виды СКЗ, предъявляемые требования.
15. Средства индивидуальной защиты населения в условиях ЧС мирного и военного времени.
16. Средства защиты органов дыхания.
17. Организация оповещения и информирования населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях.
18. Современные средства поражения, их краткая характеристика, поражающие факторы.
19. Средства защиты населения в условиях ЧС природного и техногенного характера
28. Средства индивидуальной защиты.
29. Организация и проведение АСДНР в условиях ЧС природного и техногенного характера
30. Особенности проведения АСДНР на территории зараженной ОВ.
31. Определение ПУФ. ОЭ.
32. Порядок подготовки ОЭ к работе в аварийном режиме
33. Определение устойчивости ОЭ в условиях ЧС мирного и военного времени

### **ЗОЖ**

1. Инфекционные болезни, их классификация и профилактика.
2. Здоровый образ жизни и его составляющие.
3. Биологические ритмы, их влияние на работоспособность человека.
4. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.
5. Правила личной гигиены и здоровья.
6. Инфекции, передаваемые половым путем.
7. СПИД, его профилактика.

### **Задачи**

1. Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.
2. Первая помощь при ранениях.
3. Первая помощь при травмах.

4. Первая помощь при остановке сердца.
5. Первая помощь при различных видах кровотечений.
6. Первая помощь при остановке дыхания.
7. В горло попало инородное тело, Ваши действия.
8. В Вашей квартире произошел разлив ртути, Ваши действия.
9. Правила обращения с пиротехническими средствами.
10. Спасение человека попавшего в прорубь.
11. Падение в гололёд.
12. Правила поведения на тёмной улице.
13. Правила поведения при запахе газа в квартире.
14. Вы случайно оказались в зоне стрельбы. Ваши действия.
15. Вас захватили в заложники. Ваши действия.
16. Правила разведения костра.
17. Содержимое Вашей аптечки при выезде на отдых.

Результаты устных ответов оцениваются по пятибалльной системе. При оценке учитываются следующие качественные показатели ответов:

- глубина (соответствие изученным теоретическим обобщениям);
- осознанность (соответствие программным требованиям умения применять полученные знания);
- полнота (соответствие объему программы).

**Отметка «5»** ставится обучающемуся, если он:

- логично изложил содержание своего ответа на вопрос, при этом выявленные знания примерно соответствовали объему и глубине их раскрытия в учебнике профильного уровня;

- правильно использовал научную терминологию в контексте ответа;

- верно, в соответствии с вопросом характеризовал на профильном уровне основные социальные объекты и процессы, выделяя их существенные признаки, закономерности развития (на профильном уровне также раскрыл их место и значение в жизни общества как целостной системы);

- объяснил причинно-следственные и функциональные связи названных социальных объектов;

- обнаружил умение раскрывать на примерах относящиеся к вопросу теоретические положения и понятия социально-экономических и социальных наук;

- проявил умение оценивать действия субъектов социальной жизни с точки зрения социальных норм, экономической рациональности (на профильном уровне проявил также умение оценивать различные суждения о социальных объектах с точки зрения общественных наук);

- показал умение формулировать на основе приобретенных обществоведческих знаний собственные суждения и аргументы по определенным проблемам;

- на профильном уровне проявил умения сравнивать социальные объекты, выявляя их общие черты и различия; устанавливать соответствия между существенными чертами и признаками социальных явлений и обществоведческими терминами, понятиями; сопоставлять различные научные подходы;

- на профильном уровне проявил понимание особенностей различных общественных наук, основных путей и способов социального и гуманитарного познания

**Отметка «4»** ставится, обучающемуся, если он допустил малозначительные ошибки, или недостаточно полно раскрыл содержание вопроса, а затем не смог в процессе

беседы самостоятельно дать необходимые поправки и дополнения, или не обнаружил какое-либо из необходимых для раскрытия данного вопроса умение.

**Отметка «3»** ставится обучающемуся, если в ответе допущены значительные ошибки, или в нем не раскрыты некоторые существенные аспекты содержания, или экзаменуемый не смог показать необходимые умения.

**Отметка «2»** ставится, если в ответе допущены значительные ошибки, свидетельствующие о недостаточном уровне подготовки обучающегося.

## Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

### Основные источники:

1. Бондин В.И. «Безопасность жизнедеятельности». – М. Н.И.Ц. ИФРА – М; 2018 (ЭБС)

### Дополнительные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 10 кл. Под ред. Воробьева Ю.Л. - М., 2018.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 11 кл. Под ред. Воробьева Ю.Л. - М., 2018.
3. Топоров И.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10—11 кл. - М., 2017.
4. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10—11 кл.-М., 2017.
5. 100 вопросов — 100 ответов о прохождении военной службы солдатами и сержантами по призыву и по контракту: Сборник. - М., 2018.
6. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 10 кл. общеобразоват. учрежд. / А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, В.А.Васнев; под ред. А.Т.Смирнова. — 8-е изд., перераб. - М., 2017:
7. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10 кл. - М., 2017.
8. Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: тестовый контроль знаний старшеклассников: 10—11 кл. / А.Т.Смирнов, М.В.Маслов; под ред. А.Т.Смирнова. - М., 2017.
9. Большой энциклопедический словарь. - М., 2018.
10. Васнев В.А. Основы подготовки к военной службе: Кн. для учителя / В.А.Васнев, С.А.Чиненный. — М., 2020.
11. Военная доктрина Российской Федерации // Вестник-военной информации. - 2000. - № 5.
12. Дуров В.А. Русские награды XVIII — начала XX в. / В.А.Дуров, - 2-е изд., доп. - М., 2020.
13. Дуров В.А. Отечественные награды / В.А.Дуров. — М: Просвещение, 2005.
14. Концепция национальной безопасности Российской Федерации // Вестник военной информации. - 2020. - № 2.
15. Лях В.И. Физическая культура: Учеб. для 10—11 кл. общеобразоват. учреждений / В.И.Лях, А.А.Зданевич; под ред. В.И.Ляха. — М., 2018—2019.
16. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся / [А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, Э.Н.Аюбов]; под ред. А.Т.Смирнова. - М., 2017.
17. Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С.В.Петров, В.Г.Бубнов. - М., 2020.
18. Семейный кодекс Российской Федерации (действующая редакция).
19. Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб. для 10—11 кл. общеобразоват. учрежд. / А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, П.В.Ижевский; под общ. ред. А.Т.Смирнова. - 6-е изд. -М., 2020.

### Нормативно-правовые документы

1. Конституция Российской Федерации.
2. Федеральные законы «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 61-ФЗ и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. - М., 1993—2007.
3. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации
4. Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).