

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ
«ЧЕРЕМХОВСКИЙ ГОРНОТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИМ. М.И. ШАДОВА»**

Утверждаю
Заместитель директора по УР
ГБПОУ «ЧГТК им. М.И. Щадова»
_____ Шаманова Н.А.
«_____» _____ 20__ г.

**Комплект контрольно-оценочных средств
по учебной дисциплине
ОУД.06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
общеобразовательного цикла
Программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности СПО
21.02.18 Обогащение полезных ископаемых**

Черемхово, 2020

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «**Основы безопасности жизнедеятельности**» для профессиональных образовательных организаций, для профессиональных образовательных организаций, одобренной Научно-методическим советом Центра профессионального образования ФГАУ «ФИРО» и рекомендованной для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования. Протокол № 3 от 21.07.2015 (авторы примерной программы: Н.В. Косолапова, доцент кафедры технологии и сервиса Российского университета кооперации; Н.А. Прокопенко, доцент кафедры технологии и сервиса Российского университета кооперации, к. истор. н.) в соответствии с рабочей программой учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», (Петрушовой И.А.), с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 21.02.18 Обогащение полезных ископаемых (по отраслям)(базовой подготовки).

Разработчик(и): Петрушова И.А. – преподаватель ГБПОУ «Черемховский горнотехнический колледж им.М.И. Щадова»
Окладников А.П.. - преподаватель ГБПОУ «Черемховский горнотехнический колледж им.М.И. Щадова»

Одобрено на заседании цикловой комиссии

Протокол № _____ от « _____ » _____ 20 ____ г.

Председатель ЦК _____ /Кузьмина А.К./

Одобрено Методическим советом колледжа

Протокол № _____ от « _____ » _____ 20 ____ г.

СОДЕРЖАНИЕ

<u>I. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств.....</u>	4
II. Результаты освоения учебной дисциплины.....	7
III. Формы и методы оценивания	12
IV. Контрольно-оценочные средства для текущего контроля.....	13
V. Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации	24
Лист изменений и дополнений к комплекту контрольно-оценочных средств	30

I. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств

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

личностных

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;

метапредметных:

М-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;

М-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;

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

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

М-5: развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

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

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

М-8: 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;

М-9: умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

М-10: умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

М-11: знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

М-12: локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

М-13: формирование установки на здоровый образ жизни;

М-14: развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

предметных:

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

П-2: знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных 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: знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

П-6: знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека,

П-7: знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

П-8: умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

П-9: умение 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: знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;

П-11: знание 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 (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике. Результаты направлены на формирование у студентов **компетенций**, предусмотренных ФГОС по специальности СПО:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности

Формой **промежуточной аттестации** по учебной дисциплине является дифференцированный зачет.

II. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке

2.1. Комплексная проверка результатов освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» и динамики формирования общих компетенций осуществляется посредством текущего контроля и промежуточной аттестации.

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины и динамики формирования компетенций по темам, разделам.

Результаты обучения личностные (Л), метапредметные (М), предметные (П), компетенции (ОК, ПК)	Виды деятельности студентов	Формы, методы, средства контроля	
		Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Введение			
Л: Л1-Л6, М: М1, М2, П: П1	-выявлять основные теоретические положения дисциплины, -давать определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность», -владеть основами культуры безопасности жизнедеятельности – как современной концепции безопасного типа поведения личности, -понимать значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий	Входной контроль - фронтальный опрос: какие темы по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» вы изучали в школе.	Дифференцированный зачет: комплексное тестовое задание по вариантам.
Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья			
Л: Л1-Л6, М: М1- М6, П: П1-П-2	-понимать факторы, способствующие укреплению здоровья, -владеть основами знаний о режим дня, труда и отдыха, -понимать значимость рационального питания для здоровья и применять в повседневной жизни такие правила, -знать и применять в повседневной жизни правила личной гигиены и здоровье человека, -понимать и анализировать влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека, -выявлять основные источники загрязнения окружающей среды -понимать пагубное влияние вредных привычек на здоровье человека (употребление алкоголя, курение, употребление	Самостоятельные работы №1.1, №1.2, №1.3, №1.4 Практическая работа № 1 Практическая работа №2 Тестовое задание №1 <u>Критерии оценки:</u> всего в тестовом задании 12 вопросов. 5 (отлично) – 12 правильных ответов, 4 (хорошо) – 9-11 правильных ответов,	Дифференцированный зачет: комплексное тестовое задание по вариантам. <u>Критерии оценки :</u> Всего в тестовом задании 24 вопроса. 5 (отлично) – 22-24 правильных ответа, 4 (хорошо) – 18-21 правильных ответов, 3(удовлетворительно) – 17-13 правильных

	<p>наркотиков), -применять в повседневной жизни мероприятия по профилактике вредных привычек, -знать и применять в повседневной жизни правила и безопасность дорожного движения, -уметь оценивать и анализировать модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения, -понимать значение репродуктивного здоровья как составляющей часть здоровья человека и общества, -уметь анализировать и выявлять факторы, влияющие на репродуктивное здоровье женщины, -понимать значимость культуры здорового образа жизни -знать правовые основы взаимоотношения полов, брака и семьи, культуры брачных отношений, -понимать основные функции семьи, -знать основы семейного права в Российской Федерации, -иметь представление о правах и обязанностях родителей и понимать ответственность за неисполнение этих обязанностей, -иметь представление и понимать значимость Конвенции ООН «О правах ребенка».</p>	<p>3(удовлетворительно) – 7-8 правильных ответов, 2 (неудовлетворительно) – 6 и менее правильных ответов.</p>	<p>ответов, 2 (неудовлетворительно) – 12 и менее правильных ответов.</p>
Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения			
<p>Л: Л1-Л6, М: М1- М6, П: П1-П-2</p>	<p>-знать общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, -знать характеристику наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, -знать правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, -уметь действовать в чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.), -понимать значение Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), -понимать значение Гражданской обороны – как составной части</p>	<p>Самостоятельные работы №2.1, №2.2, №2.3, №2.4 Практическая работа №3 Практическая работа №4 Практическая работа №5 Практическая работа №6 Тестовое задание №2 <u>Критерии оценки:</u> всего в тестовом задании 12 вопросов. 5 (отлично) – 12 правильных ответов,</p>	<p>Дифференцированный зачет: комплексное тестовое задание по вариантам. <u>Критерии оценки :</u> Всего в тестовом задании 24 вопроса. 5 (отлично) – 22-24 правильных ответа, 4 (хорошо) – 18-21 правильных ответов, 3(удовлетворительно) – 17-13 правильных</p>

	<p>обороноспособности страны;</p> <ul style="list-style-type: none"> -знать современные средства поражения и их поражающие факторы, -иметь представление о способах оповещения и информирования населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени, -уметь действовать в условиях эвакуации населения. - иметь представление об организации инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени, -понимать значимость аварийно-спасательных и других неотложные работы, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций, -понимать значение обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций, -иметь представления об основных направлениях деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения, -понимать необходимость и знать элементы организации гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение, -уметь формировать и применять на практике правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника, -понимать и уметь применять меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий, -иметь представление о Государственных службах по охране здоровья и безопасности граждан и понимать их роль и значение в организации безопасности населения (МЧС России, Полиция в Российской Федерации, система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств, служба скорой медицинской помощи, Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России), другие государственные службы в области безопасности), 	<p>4 (хорошо) – 9-11 правильных ответов, 3(удовлетворительно) – 7-8 правильных ответов, 2 (неудовлетворительно) – 6 и менее правильных ответов.</p>	<p>ответов, 2 (неудовлетворитель- но) – 12 и менее правильных ответов.</p>
--	--	---	---

	-знать правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.		
Тема 3. Основы обороны государства и воинская обязанность			
Л: Л1-Л6, М: М1- М6, П: П1-П-2	<p>-иметь представление об истории создания Вооруженных Сил России, -знать организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации: виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, -иметь представление о родах войск, -иметь представление о воинской обязанности и воинском учете, -знать обязанности граждан по воинскому учету и организацию медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет. -иметь представление об обязательной подготовке граждан к военной службе: основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе, -иметь представление о добровольной подготовке граждан к военной службе, -понимать значимость призыва на военную службу, -иметь общие представление об обязанностях военнослужащих, об их размещении, распределение времени, о повседневном порядке жизни воинской части, о прохождении военной службы по контракту, об альтернативной гражданской службе -иметь представление о качествах личности военнослужащего как защитника Отечества, -иметь представление о требованиях воинской деятельности, о требованиях к психическим и морально-этическим качествам призывника, об основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета), -иметь представление о понятиях воинской дисциплины и ответственности, -иметь представление - как стать офицером Российской армии (основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования, правила приема), -иметь представление о боевых традициях Вооруженных Сил России и ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации.</p>	<p>Самостоятельные работы №3.1, №3.2, №3.3, №3.4, №3.5, №3.6, №3.7.</p> <p>Практическая работа №7 Практическая работа №8</p> <p>Тестовое задание №3 <u>Критерии оценки:</u> всего в тестовом задании 12 вопросов. 5 (отлично) – 12 правильных ответов, 4 (хорошо) – 9-11 правильных ответов, 3(удовлетворительно) – 7-8 правильных ответов, 2 (неудовлетворительно) – 6 и менее правильных ответов.</p>	<p>Дифференцированный зачет: комплексное тестовое задание по вариантам. <u>Критерии оценки :</u> Всего в тестовом задании 24 вопроса. 5 (отлично) – 22-24 правильных ответа, 4 (хорошо) – 18-21 правильных ответов, 3(удовлетворительно) – 17-13 правильных ответов, 2 (неудовлетворительно) – 12 и менее правильных ответов.</p>
Тема 4. Основы медицинских знаний.			
Л: Л1-Л6,	-знать основные понятия и общие правила оказания первой помощи,	Самостоятельные работы	Дифференцирован-

<p>М: М1- М6, П: П1-П-2</p>	<p>-знать перечень состояний, при которых оказывается первая помощь, -уметь определять признаки жизни, -иметь представление о Федеральном законе «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации», -знать основные виды травм, -знать алгоритмы оказания первой помощи при различных травмах, -знать правила наложения повязок, -знать правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания, Знать основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика, -знать виды инфекции, передаваемые половым путем и их профилактику, -понимать последствия ранних половых связей на здоровье. -иметь представление об основных средствах планирования семьи, -понимать факторы, влияющие на здоровье ребенка, -иметь представление о признаках и сроках беременности, -иметь основные представления об основах ухода за младенцем. – знать составляющие элементы основ здорового образа жизни, -понимать значимость духовности и здоровья семьи.</p>	<p>№4.1, №4.2, №4.3. Практическая работа №9 Практическая работа №10 Тестовое задание №4. <u>Критерии оценки:</u> всего в тестовом задании 12 вопросов. 5 (отлично) – 12 правильных ответов, 4 (хорошо) – 9-11 правильных ответов, 3(удовлетворительно) – 7-8 правильных ответов, 2 (неудовлетворительно) – 6 и менее правильных ответов.</p>	<p>ный зачет: комплексное тестовое задание по вариантам. <u>Критерии оценки :</u> Всего в тестовом задании 24 вопроса. 5 (отлично) – 22-24 правильных ответа, 4 (хорошо) – 18-21 правильных ответов, 3(удовлетворительно) – 17-13 правильных ответов, 2 (неудовлетворительно) – 12 и менее правильных ответов.</p>
---------------------------------	---	--	--

III Формы и методы оценивания

Формы **текущего контроля** соответствуют рабочей программе дисциплины и планам (технологическим картам) аудиторных занятий по указанному разделу, теме. Одной из форм текущего контроля, позволяющей выявить умения применять полученные знания на практике являются **практические (лабораторные) работы**. Содержание практических (лабораторных) работ, критерии их оценки представлены в методических рекомендациях (указаниях) по выполнению практических работ. По каждой теме дисциплины формой текущего контроля являются тестовые задания. Формой текущего контроля могут быть **самостоятельные работы** студентов. Содержание самостоятельных работ, критерии их оценки представлены в методических рекомендациях (указаниях) по выполнению самостоятельной работы студентов по дисциплине.

IV. Контрольно-оценочные средства освоения результатов обучения по учебной дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» для текущего контроля и промежуточной аттестации.

Для текущего контроля.

Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

Тестовое задание №1. Вариант №1.

Инструкция для обучающихся

Внимательно прочитайте задание. Отметьте правильные ответы на вопросы теста.

Время выполнения задания – 20 минут

1. Вопрос: Что такое личная гигиена?

- а. Перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний.
- б. Совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья.
- в. Правила ухода за телом, кожей, зубами.
- г. Выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний.

2. Вопрос: Что такое здоровый образ жизни?

- а. Перечень мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья
- б. Лечебно-физкультурный оздоровительный комплекс
- в. Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья
- г. Регулярные занятия физкультурой

3. Вопрос: Что такое режим дня?

- а. Порядок выполнения повседневных дел
- б. Установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, питание, отдых и сон
- в. Перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения
- г. Строгое соблюдение определенных правил

4. Вопрос: Что такое рациональное питание?

- а. Питание, распределенное по времени принятия пищи
- б. Питание с учетом потребностей организма
- в. Питание определенным набором продуктов питания
- г. Питание с определенным соотношением питательных веществ

5. Вопрос: Что такое закаливание?

- а. Повышение устойчивости организма к факторам среды, путем систематического их воздействия на организм.
- б. Длительное пребывание на холоде, с целью привыкания к низким температурам
- в. Перечень процедур для воздействия на организм холода
- г. Купание в зимнее время

6. Вопрос: Назовите основные двигательные качества?

- а. Умение играть в спортивные игры, бегать и выполнять гимнастические упражнения.
- б. Количество движений в единицу времени, максимальная амплитуда движений, мышечная сила.
- в. Гибкость, выносливость, скоростные и силовые качества.
- г. Состояние мышц, выражающая их готовность к выполнению движений.

7. Вопрос: Прежде всего, от табачного дыма страдает?

- а) Опорно-двигательный аппарат,
- б) Легочная система,
- в) Мозговая активность;

8. Вопрос: Кто такой "Пассивный курильщик"?

- а) Человек, выкуривающий 1-2 сигареты в день,
- б) Человек находящийся в помещении с курильщиком,
- в) Человек, выкуривающий менее 2 сигарет в месяц,
- г) Человек, выкуривающий более пачки в день;

9. Вопрос: Спирт главным образом действует на?

- а) Опорно-двигательный аппарат,
- б) Нервную систему,

- в) Легочную систему,
- г) Костную ткань;

10. Вопрос: Влияет ли алкоголь на железы внутренней секреции?

- а) Влияет, но незначительно,
- б) Не влияет,
- в) Влияет;

11. Вопрос: Признаками наркотического отравления являются?

- а) Насморк,
- б) Сужение зрачков,
- в) Покраснение кожи,
- г) Головокружение;

12. Вопрос: Признаками алкогольного отравления являются?

- а) Головокружение,
- б) Возбуждение или депрессивное состояние,
- в) Нарушение речи,
- г) Ухудшение слуха,
- д) Тошнота и рвота

Тестовое задание №1. Вариант №2.

Инструкция для обучающихся

Внимательно прочитайте задание. Отметьте правильные ответы на вопросы теста.

Время выполнения задания – 20 минут

1. Вопрос: Признаками алкогольного отравления являются?

- а) Головокружение,
- б) Возбуждение или депрессивное состояние,
- в) Нарушение речи,
- г) Ухудшение слуха,
- д) Тошнота и рвота

2. Вопрос: Признаками наркотического отравления являются?

- а) Насморк,
- б) Сужение зрачков,
- в) Покраснение кожи,
- г) Головокружение;

3. Вопрос: Влияет ли алкоголь на железы внутренней секреции?

- а) Влияет, но незначительно,
- б) Не влияет,
- в) Влияет;

4. Вопрос: Спирт главным образом действует на?

- а) Опорно-двигательный аппарат,
- б) Нервную систему,
- в) Легочную систему,
- г) Костную ткань;

5. Вопрос: Кто такой "Пассивный курильщик"?

- а) Человек, выкуривающий 1-2 сигареты в день,
- б) Человек находящийся в помещении с курильщиком,
- в) Человек, выкуривающий менее 2 сигарет в месяц,
- г) Человек, выкуривающий более пачки в день;

6. Вопрос: Прежде всего, от табачного дыма страдает?

- а) Опорно-двигательный аппарат,
- б) Легочная система,
- в) Мозговая активность;

7. Вопрос: Назовите основные двигательные качества?

- а. Умение играть в спортивные игры, бегать и выполнять гимнастические упражнения.
- б. Количество движений в единицу времени, максимальная амплитуда движений, мышечная сила.
- в. Гибкость, выносливость, скоростные и силовые качества.

г. Состояние мышц, выражающая их готовность к выполнению движений.

8. Вопрос: Что такое закаливание?

- а. Повышение устойчивости организма к факторам среды, путем систематического их воздействия на организм.
- б. Длительное пребывание на холоде, с целью привыкания к низким температурам
- в. Перечень процедур для воздействия на организм холода
- г. Купание в зимнее время

9. Вопрос: Что такое рациональное питание?

- а. Питание, распределенное по времени принятия пищи
- б. Питание с учетом потребностей организма
- в. Питание определенным набором продуктов питания
- г. Питание с определенным соотношением питательных веществ

10. Вопрос: Что такое режим дня?

- а. Порядок выполнения повседневных дел
- б. Установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, питание, отдых и сон
- в. Перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения
- г. Строгое соблюдение определенных правил

11. Вопрос: Что такое здоровый образ жизни?

- а. Перечень мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья
- б. Лечебно-физкультурный оздоровительный комплекс
- в. Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья
- г. Регулярные занятия физкультурой

12. Вопрос: Что такое личная гигиена?

- а. Перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний.
- б. Совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья.
- в. Правила ухода за телом, кожей, зубами.
- г. Выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний.

Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

Тестовое задание №2. Вариант №1.

Инструкция для обучающихся

Внимательно прочитайте задание. Отметьте правильные ответы на вопросы теста.

Время выполнения задания – 20 минут

1. Как действовать по сигналу “Внимание всем!”?

- а). Надеть средства защиты и покинуть помещение.
- б). Включить радио, телевизор и прослушать информацию.
- в). Быстро направиться в укрытие.

2. Что такое чрезвычайная ситуация?

- а) особо сложное социальное явление
- б) определенное состояние окружающей природной среды
- в) обстановка на определенной территории, которая может повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью, значительные материальные потери и нарушения условий жизнедеятельности.

3. Чем характеризуется каждая ЧС?

- а) Химической сущностью
- б) физической сущностью
- в) своими, только ей присущими причинами возникновения
- г) особенностями воздействия на человека и среду обитания

4. Как подразделяются ЧС по характеру источника?

- а) на природные и техногенные
- б) на экологические
- в) на биолого-социальные

г) на военные

5. Что является основным источником ЧС природного характера?

- а) магнитные бури
- б) антропогенное воздействие
- в) стихийные бедствия
- г) биологические процессы

6. Как различают (классифицируют) техногенные ЧС?

- а) по количеству погибших
- б) по месту возникновения
- в) по причине возникновения
- г) по характеру основных поражающих факторов

7. Как называется крупная авария, приведшая к человеческим жертвам?

- а) беда
- б) авария
- в) чрезвычайное происшествие
- г) катастрофа

8. Что представляет собой транспортная авария?

- а) уничтожение и повреждение транспортных сооружений и средств
- б) происшествие, повлекшее за собой уничтожение и повреждение транспортных сооружений и средств или ущерб окружающей среде
- в) происшествие, повлекшее за собой причинение пострадавшим тяжелых телесных повреждений
- г) происшествие, повлекшее за собой гибель людей

9. Химическое оружие – это:

- а) оружие массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах некоторых химических веществ;
- б) оружие массового поражения, действие которого основано на изменении состава воздушной среды в зоне заражения;
- в) оружие массового поражения, действие которого основано на применении биологических средств

10. Какими путями отравляющие вещества (ОВ) проникают в организм человека:

- а) в результате вдыхания заражённого воздуха, попадания ОВ в глаза, на кожу или при употреблении заражённой пищи и воды;
- б) в результате их попадания на одежду, обувь и головные уборы;
- в) в результате их попадания на средства защиты кожи и органов дыхания.

11. Ядерное оружие – это:

- а) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землёй (под водой);
- б) оружие массового поражения, основанное на использовании светового излучения за счёт возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, состоящего из ультрафиолетовых, видимых и инфракрасных лучей;
- в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.

12. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:

- а) избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва, заражённое отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра; изменение состояния атмосферного воздуха;
- б) ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электромагнитный импульс;
- в) резкое повышение температуры окружающей среды, понижение концентрации в воздухе, самовозгорание веществ и материалов в зоне взрыва, резкое увеличение силы тока в электроприборах и электрооборудовании

Инструкция для обучающихся

Внимательно прочитайте задание. Отметьте правильные ответы на вопросы теста.

Время выполнения задания – 20 минут

1. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:

- а) избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва, заражённое отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра; изменение состояния атмосферного воздуха;
- б) ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электромагнитный импульс;
- в) резкое повышение температуры окружающей среды, понижение концентрации в воздухе, самовозгорание веществ и материалов в зоне взрыва, резкое увеличение силы тока в электроприборах и электрооборудовании

2. Ядерное оружие – это:

- а) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землёй (под водой);
- б) оружие массового поражения, основанное на использовании светового излучения за счёт возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, состоящего из ультрафиолетовых, видимых и инфракрасных лучей;
- в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.

3. Какими путями отравляющие вещества (ОВ) проникают в организм человека:

- а) в результате вдыхания заражённого воздуха, попадания ОВ в глаза, на кожу или при употреблении заражённой пищи и воды;
- б) в результате их попадания на одежду, обувь и головные уборы;
- в) в результате их попадания на средства защиты кожи и органов дыхания.

4. Химическое оружие – это:

- а) оружие массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах некоторых химических веществ;
- б) оружие массового поражения, действие которого основано на изменении состава воздушной среды в зоне заражения;
- в) оружие массового поражения, действие которого основано на применении биологических средств

5. Что представляет собой транспортная авария?

- а) уничтожение и повреждение транспортных сооружений и средств
 - б) происшествие, повлекшее за собой уничтожение и повреждение транспортных сооружений и средств или ущерб окружающей среде
 - в) происшествие, повлекшее за собой причинение пострадавшим тяжёлых телесных повреждений
 - г) происшествие, повлекшее за собой гибель людей

6. Как называется крупная авария, приведшая к человеческим жертвам?

- а) беда
 - б) авария
 - в) чрезвычайное происшествие
 - г) катастрофа

7. Как различают (классифицируют) техногенные ЧС?

- а) по количеству погибших
 - б) по месту возникновения
 - в) по причине возникновения
 - г) по характеру основных поражающих факторов

8. Что является основным источником ЧС природного характера?

- а) магнитные бури
- б) антропогенное воздействие

- в) стихийные бедствия
- г) биологические процессы

9. Как подразделяются ЧС по характеру источника?

- а) на природные и техногенные
- б) на экологические
- в) на биолого-социальные
- г) на военные

10. Чем характеризуется каждая ЧС?

- а) Химической сущностью
- б) физической сущностью
- в) своими, только ей присущими причинами возникновения
- г) особенностями воздействия на человека и среду обитания

11. Что такое чрезвычайная ситуация?

- а) особо сложное социальное явление
- б) определенное состояние окружающей природной среды
- в) обстановка на определенной территории, которая может повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью, значительные материальные потери и нарушения условий жизнедеятельности.

12. Как действовать по сигналу “Внимание всем!”?

- а). Надеть средства защиты и покинуть помещение.
- б). Включить радио, телевизор и прослушать информацию.
- в). Быстро направиться в укрытие.

Тема 3. Основы обороны государства и воинская обязанность
Тестовое задание №3. Вариант №1.

Инструкция для обучающихся

Внимательно прочитайте задание. Отметьте правильные ответы на вопросы теста.

Время выполнения задания – 20 минут

1. Боевые традиции-это...

- а. система межличностных отношений в воинских коллективах;
- б. народные обычаи, перенесённые в сферу военных отношений;
- в. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с выполнением боевых задач и населением воинской службы;

2. Ордена-это...

- а. почётные ведомственные награды за успехи в различной деятельности;
- б. наградные государственные знаки за успехи на производстве;
- в. почётные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги.
- г. почётные награды министра обороны РФ за безупречное служение Родине.

3. Воинская обязанность-это...

- а. особый вид государственной службы, исполняемой гражданами в Вооружённых силах и других войсках;
- б. установленный государством воинский долг по военной защите своей страны;
- в. установленный государством почётный долг граждан с оружием в руках защищать своё Отечество, нести службу в рядах, Вооружённых сил, проходить воинскую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности.

4. Честь-это...

- а. общественно-моральное достоинство, которое вызывает и поддерживает общие уважение, чувство гордости;
- б. вежливое и достойное отношение к людям;
- в. признание общественным мнением и осознание самим человеком высокой социальной ценности выполняемого им долга.

5. Заключение по результатам освидетельствования категории «А» означает:

- а) годен к военной службе;
- б) ограниченно годен к военной службе;
- в) не годен к военной службе;
- г) временно не годен к военной службе.

6. На какие виды условно можно подразделить воинские ритуалы?

- а. парадной деятельности;
- б. боевой деятельности;
- в. учебно-боевой деятельности;
- г. повседневной деятельности;
- д. гарнизонной и караульной служб;
- е. боевой учёбы.

7. Какие санкции принимаются в отношении гражданина, на являющегося по вызову военного комиссариата в указанный срок без уважительной причины?

- а. моральная и материальная ответственность;
- б. дисциплинарная ответственность в соответствии с законодательством РФ;
- в. административная ответственность в соответствии с законодательством РФ;
- г. уголовная ответственность в соответствии с Уголовным кодексом РФ.

8. Всеобщая воинская повинность была введена в Российской Империи?

- а. 1705г.
- б. 1783г.
- в. 1874г.
- г. 1894г.

9. Старшинство военнослужащих определяется

- а) приказанием непосредственного начальника
- б) приказанием прямого начальника
- в) приказом
- г) воинскими званиями

10. Несение караульной службы является

- а) тактической задачей
- б) боевой задачей
- в) учебным сбором
- г) патрульной операцией

11. Граждане утрачивают статус военнослужащих

- а) с началом военной службы
- б) с окончанием военной службы
- в) со дня приема военной присяги
- г) с момента вручения повестки о призыве на военную службу

12. Имеют ли право проходить службу по контракту в рядах ВС РФ граждане, имеющие судимость за нарушение статей Уголовного Кодекса РФ

- а) имеют
- б) не имеют
- в) имеют не всегда

Тестовое задание №3. Вариант №2.

Инструкция для обучающихся

Внимательно прочитайте задание. Отметьте правильные ответы на вопросы теста.

Время выполнения задания – 20 минут

1. Имеют ли право проходить службу по контракту в рядах ВС РФ граждане, имеющие судимость за нарушение статей Уголовного Кодекса РФ

- а) имеют
- б) не имеют
- в) имеют не всегда

2. Граждане утрачивают статус военнослужащих

- а) с началом военной службы
- б) с окончанием военной службы
- в) со дня приема военной присяги
- г) с момента вручения повестки о призыве на военную службу

3. Несение караульной службы является

- а) тактической задачей
- б) боевой задачей
- в) учебным сбором
- г) патрульной операцией

4. Старшинство военнослужащих определяется

- а) приказанием непосредственного начальника
- б) приказанием прямого начальника
- в) приказом
- г) воинскими званиями

5. Всеобщая воинская повинность была введена в Российской Империи?

- а. 1705г.
- б. 1783г.
- в. 1874г.
- г. 1894г.

6. Какие санкции принимаются в отношении гражданина, на являющегося по вызову военного комиссариата в указанный срок без уважительной причины?

- а. моральная и материальная ответственность;
- б. дисциплинарная ответственность в соответствии с законодательством РФ;
- в. административная ответственность в соответствии с законодательством РФ;
- г. уголовная ответственность в соответствии с Уголовным кодексом РФ.

7. На какие виды условно можно подразделить воинские ритуалы?

- а. парадной деятельности;
- б. боевой деятельности;
- в. учебно-боевой деятельности;
- г. повседневной деятельности;
- д. гарнизонной и караульной служб;
- е. боевой учёбы.

8. Заключение по результатам освидетельствования категории «А» означает:

- а) годен к военной службе;
- б) ограниченно годен к военной службе;
- в) не годен к военной службе;
- г) временно не годен к военной службе.

9. Честь-это...

- а. общественно-моральное достоинство, которое вызывает и поддерживает общие уважение, чувство гордости;
- б. вежливое и достойное отношение к людям;
- в. признание общественным мнением и осознание самим человеком высокой социальной ценности выполняемого им долга.

10. Воинская обязанность-это...

- а. особый вид государственной службы, исполняемой гражданами в Вооружённых силах и других войсках;
- б. установленный государством воинский долг по военной защите своей страны;
- в. установленный государством почётный долг граждан с оружием в руках защищать своё Отечество, нести службу в рядах, Вооружённых сил, проходить воинскую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности.

11. Ордена-это...

- а. почётные ведомственные награды за успехи в различной деятельности;

- б. наградные государственные знаки за успехи на производстве;
- в. почётные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги.
- г. почётные награды министра обороны РФ за безупречное служение Родине.

12. Боевые традиции-это...

- а. система межличностных отношений в воинских коллективах;
- б. народные обычаи, перенесённые в сферу военных отношений;
- в. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с выполнением боевых задач и населением воинской службы;

Тема 4. Основы медицинских знаний.

Тестовое задание №4. Вариант №1.

Инструкция для обучающихся

Внимательно прочитайте задание. Отметьте правильные ответы на вопросы теста.

Время выполнения задания – 20 минут

1. Каковы основные признаки наружного кровотечения?

- а) быстрое и пульсирующее кровотечение;
- б) кровь ярко-красного цвета;
- в) кровь темно-красного цвета.

2. Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?

- а) кровь фонтанирует из раны;
- б) кровь ярко-красного цвета;
- в) кровь тёмно-красного цвета;

3. Каким образом наложить жгут при артериальном кровотечении?

- а) прижать пальцем артерию ниже кровотечения;
- б) прижать пальцем артерию выше кровотечения, на 3-5 см выше раны наложить вокруг конечности чистую мягкую ткань, а затем жгут с запиской о дате и времени наложения жгута;
- в) доставить пострадавшего с наложенным жгутом в медицинское учреждение;
- г) на 3-5см ниже раны наложить вокруг конечности чистую ткань.

4. Как правильно наложить давящую повязку?

- а) обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой;
- б) обработать края раны вазелином или кремом;
- в) прикрыть рану стерильной салфеткой, а на неё положить сложенный в несколько раз бинт;
- г) наложить повязку на место травмы с некоторым усилием при каждом обороте бинта.

5. Укажите признаки артериального кровотечения?

- а) порозовение кожи в области повреждения;
- б) кровь ярко-алая, вытекает пульсирующими движениями,
- в) посинение кожи в области повреждения;
- г) повышение артериального давления;
- д) чувство неутолимого голода.

6. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах?

- а) промыть рану содовым раствором и обработать её спиртом;
- б) промыть рану перекисью водорода (раствором марганцовки) и наложить повязку,
- в) смазать рану вазелином или кремом;
- г) заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку.

7. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при ушибах?

- а) наложением холода на место ушиба;
- б) наложением тепла на место ушиба;

- в) наложением на место ушиба тугой повязки и обеспечением повреждённому месту покоя.
- 8. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при растяжениях?**
- а) наложить на повреждённое место холод;
 - б) наложить на повреждённое место тепло;
 - в) наложить на повреждённое место тугую повязку и обеспечить ему покой;
 - г) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.
- 9. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при вывихах?**
- а) наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обильное питьё;
 - б) наложить тугую повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;
 - в) обеспечить повреждённой конечности покой и доставить пострадавшего в медицинское учреждение.
- 10. Какой должна быть первая медицинская помощь при открытых переломах?**
- а) вправить вышедшие наружу кости;
 - б) остановить кровотечение и обработать края раны антисептиком;
 - в) на рану в области перелома наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;
- 11. Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?**
- а) провести иммобилизацию места перелома;
 - б) устранить искривление конечности;
 - в) положить на место травмы холод и дать пострадавшему обезболивающее средство;
 - г) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.
- 12. Какой должна быть первая медицинская помощь при подозрении на сотрясение головного мозга?**
- а) надо обеспечить пострадавшему абсолютный покой и вызвать скорую помощь;
 - б) на голову пострадавшему наложить тёплую грелку;
 - в) на голову пострадавшему положить холод;

Тестовое задание №4. Вариант №2.

Инструкция для обучающихся

Внимательно прочитайте задание. Отметьте правильные ответы на вопросы теста.
Время выполнения задания – 20 минут

1. Какой должна быть первая медицинская помощь при подозрении на сотрясение головного мозга?

- а) надо обеспечить пострадавшему абсолютный покой и вызвать скорую помощь;
- б) на голову пострадавшему наложить тёплую грелку;
- в) на голову пострадавшему положить холод;

2. Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?

- а) провести иммобилизацию места перелома;
- б) устранить искривление конечности;
- в) положить на место травмы холод и дать пострадавшему обезболивающее средство;
- г) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

3. Какой должна быть первая медицинская помощь при открытых переломах?

- г) вправить вышедшие наружу кости;
- д) остановить кровотечение и обработать края раны антисептиком;
- е) на рану в области перелома наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;

4. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при вывихах?

- а) наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обильное питьё;
- б) наложить тугую повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;
- в) обеспечить повреждённой конечности покой и доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

5. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при растяжениях?

- д) наложить на повреждённое место холод;
- е) наложить на повреждённое место тепло;
- ж) наложить на повреждённое место тугую повязку и обеспечить ему покой;
- з) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

6. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при ушибах?

- а) наложением холода на место ушиба;
- б) наложением тепла на место ушиба;
- в) наложением на место ушиба тугей повязки и обеспечением повреждённому месту покоя.

7. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах?

- д) промыть рану содовым раствором и обработать её спиртом;
- е) промыть рану перекисью водорода (раствором марганцовки) и наложить повязку;
- ж) смазать рану вазелином или кремом;
- з) заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку.

8. Укажите признаки артериального кровотечения?

- а) порозовение кожи в области повреждения;
- б) кровь ярко-алая, вытекает пульсирующими движениями;
- в) посинение кожи в области повреждения;
- г) повышение артериального давления;
- д) чувство неутолимого голода.

9. Как правильно наложить давящую повязку?

- а) обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой;
- б) обработать края раны вазелином или кремом;
- в) прикрыть рану стерильной салфеткой, а на неё положить сложенный в несколько раз бинт;
- г) наложить повязку на место травмы с некоторым усилием при каждом обороте бинта.

10. Каким образом наложить жгут при артериальном кровотечении?

- а) прижать пальцем артерию ниже кровотечения;
- б) прижать пальцем артерию выше кровотечения, на 3-5 см выше раны наложить вокруг конечности чистую мягкую ткань, а затем жгут с запиской о дате и времени наложения жгута;
- в) доставить пострадавшего с наложенным жгутом в медицинское учреждение;
- г) на 3-5 см ниже раны наложить вокруг конечности чистую ткань.

11. Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?

- а) кровь фонтанирует из раны;
- б) кровь ярко-красного цвета;
- в) кровь тёмно-красного цвета;

12. Каковы основные признаки наружного кровотечения?

- а) быстрое и пульсирующее кровотечение;
- б) кровь ярко-красного цвета;
- в) кровь темно-красного цвета.

V. Контрольно-оценочные средства результатов обучения по учебной дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» для промежуточной аттестации.

Комплексное тестовое задание для дифференцированного зачета
Вариант №1.

Инструкция для обучающихся

Внимательно прочитайте задание. Отметьте правильные ответы на вопросы теста.
Время выполнения задания – 30 минут

1. Вопрос: Что такое личная гигиена?

- а. Перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний.
- б. Совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья.
- в. Правила ухода за телом, кожей, зубами.
- г. Выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний.

2. Вопрос: Что такое здоровый образ жизни?

- а. Перечень мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья
- б. Лечебно-физкультурный оздоровительный комплекс
- в. Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья
- г. Регулярные занятия физкультурой

3. Вопрос: Что такое режим дня?

- а. Порядок выполнения повседневных дел
- б. Установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, питание, отдых и сон
- в. Перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения
- г. Строгое соблюдение определенных правил

4. Вопрос: Что такое рациональное питание?

- а. Питание, распределенное по времени принятия пищи
- б. Питание с учетом потребностей организма
- в. Питание определенным набором продуктов питания
- г. Питание с определенным соотношением питательных веществ

5. Вопрос: Что такое закаливание?

- а. Повышение устойчивости организма к факторам среды, путем систематического их воздействия на организм.
- б. Длительное пребывание на холоде, с целью привыкания к низким температурам
- в. Перечень процедур для воздействия на организм холода
- г. Купание в зимнее время

6. Вопрос: Назовите основные двигательные качества?

- а. Умение играть в спортивные игры, бегать и выполнять гимнастические упражнения.
- б. Количество движений в единицу времени, максимальная амплитуда движений, мышечная сила.
- в. Гибкость, выносливость, скоростные и силовые качества.
- г. Состояние мышц, выражающая их готовность к выполнению движений.

7. Как действовать по сигналу “Внимание всем!”?

- а). Надеть средства защиты и покинуть помещение.
- б). Включить радио, телевизор и прослушать информацию.
- в). Быстро направиться в укрытие.

8. Что такое чрезвычайная ситуация?

- а) особо сложное социальное явление
- б) определенное состояние окружающей природной среды
- в) обстановка на определенной территории, которая может повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью, значительные материальные потери и нарушения условий жизнедеятельности.

9. Чем характеризуется каждая ЧС?

- а) Химической сущностью
- б) физической сущностью
- в) своими, только ей присущими причинами возникновения

г) особенностями воздействия на человека и среду обитания

10. Как подразделяются ЧС по характеру источника?

- а) на природные и техногенные
- б) на экологические
- в) на биолого-социальные
- г) на военные

11. Что является основным источником ЧС природного характера?

- а) магнитные бури
- б) антропогенное воздействие
- в) стихийные бедствия
- г) биологические процессы

12. Как различают (классифицируют) техногенные ЧС?

- а) по количеству погибших
- б) по месту возникновения
- в) по причине возникновения
- г) по характеру основных поражающих факторов

13. Боевые традиции-это...

- а. система межличностных отношений в воинских коллективах;
- б. народные обычаи, перенесённые в сферу военных отношений;
- в. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с выполнением боевых задач и населением воинской службы;

14. Ордена-это...

- а. почётные ведомственные награды за успехи в различной деятельности;
- б. наградные государственные знаки за успехи на производстве;
- в. почётные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги.
- г. почётные награды министра обороны РФ за безупречное служение Родине.

15. Воинская обязанность-это...

- а. особый вид государственной службы, исполняемой гражданами в Вооружённых силах и других войсках;
- б. установленный государством воинский долг по военной защите своей страны;
- в. установленный государством почётный долг граждан с оружием в руках защищать своё Отечество, нести службу в рядах, Вооружённых сил, проходить воинскую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности.

16. Честь-это...

- а. общественно-моральное достоинство, которое вызывает и поддерживает общие уважение, чувство гордости;
- б. вежливое и достойное отношение к людям;
- в. признание общественным мнением и осознание самим человеком высокой социальной ценности выполняемого им долга.

17. Заключение по результатам освидетельствования категории «А» означает:

- а) годен к военной службе;
- б) ограниченно годен к военной службе;
- в) не годен к военной службе;
- г) временно не годен к военной службе.

18. На какие виды условно можно подразделить воинские ритуалы?

- а. парадной деятельности;
- б. боевой деятельности;
- в. учебно-боевой деятельности;
- г. повседневной деятельности;
- д. гарнизонной и караульной служб;
- е. боевой учёбы.

19. Каковы основные признаки наружного кровотечения?

- г) быстрое и пульсирующие кровотечения;

- д) кровь ярко-красного цвета;
 - е) кровь темно-красного цвета.
- 20. Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?**
- г) кровь фонтанирует из раны;
 - д) кровь ярко-красного цвета;
 - е) кровь тёмно-красного цвета;
- 21. Каким образом наложить жгут при артериальном кровотечении?**
- д) прижать пальцем артерию ниже кровотечения;
 - е) прижать пальцем артерию выше кровотечения, на 3-5 см выше раны наложить вокруг конечности чистую мягкую ткань, а затем жгут с запиской о дате и времени наложения жгута;
 - ж) доставить пострадавшего с наложенным жгутом в медицинское учреждение;
 - з) на 3-5см ниже раны наложить вокруг конечности чистую ткань.
- 22. Как правильно наложить давящую повязку?**
- а) обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой;
 - б) обработать края раны вазелином или кремом;
 - в) прикрыть рану стерильной салфеткой, а на неё положить сложенный в несколько раз бинт;
 - г) наложить повязку на место травмы с некоторым усилием при каждом обороте бинта.
- 23. Укажите признаки артериального кровотечения?**
- е) порозовение кожи в области повреждения;
 - ж) кровь ярко-алая, вытекает пульсирующими движениями,
 - з) посинение кожи в области повреждения;
 - и) повышение артериального давления;
 - к) чувство неутолимого голода.
- 24. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах?**
- и) промыть рану содовым раствором и обработать её спиртом;
 - к) промыть рану перекисью водорода (раствором марганцовки) и наложить повязку,
 - л) смазать рану вазелином или кремом;
 - м) заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку.

Комплексное тестовое задание по для дифференцированного зачета
Вариант №2.

Инструкция для обучающихся.

Внимательно прочитайте задание. Отметьте правильные ответы на вопросы теста в бланке ответов. Время выполнения задания – 30 минут

- 1. Вопрос: Прежде всего, от табачного дыма страдает?**
- а) Опорно-двигательный аппарат,
 - б) Легочная система,
 - в) Мозговая активность;
- 2. Вопрос: Кто такой "Пассивный курильщик"?**
- а) Человек, выкуривающий 1-2 сигареты в день,
 - б) Человек находящийся в помещении с курильщиком,
 - в) Человек, выкуривающий менее 2 сигарет в месяц,
 - г) Человек, выкуривающий более пачки в день;
- 3. Вопрос: Спирт главным образом действует на?**
- а) Опорно-двигательный аппарат,
 - б) Нервную систему,
 - в) Легочную систему,
 - г) Костную ткань;
- 4. Вопрос: Влияет ли алкоголь на железы внутренней секреции?**

- а) Влияет, но незначительно,
- б) Не влияет,
- в) Влияет;

5. Вопрос: Признаками наркотического отравления являются?

- а) Насморк,
- б) Сужение зрачков,
- в) Покраснение кожи,
- г) Головокружение;

6. Вопрос: Признаками алкогольного отравления являются?

- а) Головокружение,
- б) Возбуждение или депрессивное состояние,
- в) Нарушение речи,
- г) Ухудшение слуха,
- д) Тошнота и рвота

7. Как называется крупная авария, приведшая к человеческим жертвам?

- а) беда
- б) авария
- в) чрезвычайное происшествие
- г) катастрофа

8. Что представляет собой транспортная авария?

- а) уничтожение и повреждение транспортных сооружений и средств
- б) происшествие, повлекшее за собой уничтожение и повреждение транспортных сооружений и средств или ущерб окружающей среде
- в) происшествие, повлекшее за собой причинение пострадавшим тяжелых телесных повреждений
- г) происшествие, повлекшее за собой гибель людей

9. Химическое оружие – это:

- а) оружие массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах некоторых химических веществ;
- б) оружие массового поражения, действие которого основано на изменении состава воздушной среды в зоне заражения;
- в) оружие массового поражения, действие которого основано на применении биологических средств

10. Какими путями отравляющие вещества (ОВ) проникают в организм человека:

- а) в результате вдыхания заражённого воздуха, попадания ОВ в глаза, на кожу или при употреблении заражённой пищи и воды;
- б) в результате их попадания на одежду, обувь и головные уборы;
- в) в результате их попадания на средства защиты кожи и органов дыхания.

11. Ядерное оружие – это:

- а) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землёй (под водой);
- б) оружие массового поражения, основанное на использовании светового излучения за счёт возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, состоящего из ультрафиолетовых, видимых и инфракрасных лучей;
- в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.

12. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:

- а) избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва, заражённое отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра; изменение состояния атмосферного воздуха;
- б) ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электромагнитный импульс;

- в) резкое повышение температуры окружающей среды, понижение концентрации в воздухе, самовозгорание веществ и материалов в зоне взрыва, резкое увеличение силы тока в электроприборах и электрооборудовании

13. Какие санкции принимаются в отношении гражданина, на являющегося по вызову военного комиссариата в указанный срок без уважительной причины?

- а. моральная и материальная ответственность;
- б. дисциплинарная ответственность в соответствии с законодательством РФ;
- в. административная ответственность в соответствии с законодательством РФ;
- г. уголовная ответственность в соответствии с Уголовным кодексом РФ.

14. Всеобщая воинская повинность была введена в Российской Империи?

- а. 1705г.
- б. 1783г.
- в. 1874г.
- г. 1894г.

15. Старшинство военнослужащих определяется

- д) приказанием непосредственного начальника
- е) приказанием прямого начальника
- ж) приказом
- з) воинскими званиями

16. Несение караульной службы является

- д) тактической задачей
- е) боевой задачей
- ж) учебным сбором
- з) патрульной операцией

17. Граждане утрачивают статус военнослужащих

- д) с началом военной службы
- е) с окончанием военной службы
- ж) со дня приема военной присяги
- з) с момента вручения повестки о призыве на военную службу

18. Имеют ли право проходить службу по контракту в рядах ВС РФ граждане, имеющие судимость за нарушение статей Уголовного Кодекса РФ

- г) имеют
- д) не имеют
- е) имеют не всегда

19. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при ушибах?

- г) наложением холода на место ушиба;
- д) наложением тепла на место ушиба;
- е) наложением на место ушиба тугй повязки и обеспечением повреждённому месту покоя.

20. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при растяжениях?

- и) наложить на повреждённое место холод;
- к) наложить на повреждённое место тепло;
- л) наложить на повреждённое место тугую повязку и обеспечить ему покой;
- м) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

21. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при вывихах?

- г) наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обильное питьё;
- д) наложить тугую повязку и дать пострадавшему обезболивающие средство;
- е) обеспечить повреждённой конечности покой и доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

22. Какой должна быть первая медицинская помощь при открытых переломах?

- ж) вправить вышедшие наружу кости;
- з) остановить кровотечение и обработать края раны антисептиком;

- и) на рану в области перелома наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;

23. Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?

- д) провести иммобилизацию места перелома;
- е) устранить искривление конечности;
- ж) положить на место травмы холод и дать пострадавшему обезболивающее средство;
- з) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

24. Какой должна быть первая медицинская помощь при подозрении на сотрясение головного мозга?

- а) надо обеспечить пострадавшему абсолютный покой и вызвать скорую помощь;
- б) на голову пострадавшему наложить тёплую грелку;
- в) на голову пострадавшему положить холод;

Лист согласования

Дополнения и изменения к комплекту КОС на учебный год

Дополнения и изменения к комплекту КОС на 202__-202__ учебный год по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности».

В комплект КОС внесены следующие изменения:

Дополнения и изменения в комплекте КОС обсуждены на заседании ПЦК

« ____ » _____ 20 ____ г. (протокол № _____).

Председатель ПЦК _____ / _____ /