Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Троицкий технологический техникум»

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель ЦМК

Сабирова О.В.

«06» мая 2026 г.

Комплект
оценочных средств по общеобразовательной дисциплине

ООД.10 Основы безопасности и защиты Родины

Основной профессиональной образовательной программы (ОПОП)
по специальности СПО

08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений

Разработчик:

Белоусова С.Н. - преподаватель

основ безопасности, высшей

квалификационной категории

ГБПОУ «ТТТ»

Троицк, 2026 год

Содержание

1. Паспорт комплекта оценочных средств
1.1. Область применения комплекта контрольно-оценочных средств
1.2. Система контроля и оценки освоения программы учебной дисциплины
1.2.1. Формы промежуточной аттестации по учебной дисциплине
1.2.2. Организация текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения учебной дисциплины
2. Задания для контроля и оценки освоения программы учебной дисциплины
2.1. Задания для текущего контроля
2.2. Задания для промежуточной аттестации
3. Рекомендуемая литература и иные источники

1. Паспорт комплекта оценочных средств

1.1. Область применения комплекта оценочных средств

Комплект оценочных средств предназначен для проверки результатов освоения общеобразовательной дисциплины ООД.10 Основы безопасности и защиты Родины (далее - ООД) образовательной программы (далее - ОП) по специальности 08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений.

Планируемые результаты освоения общеобразовательной дисциплины в соответствии с ФГОС СПО и на основе ФГОС СОО

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК и ПК.

Код и наименование формируемых компетенций	**Результаты освоения дисциплины**	
	Общие	**Дисциплинарные**
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	ЛР 01 сформированность активной гражданской позиции обучающегося, готового и способного применять принципы и правила безопасного поведения в течение всей жизни; ЛР 02 уважение закона и правопорядка, осознание своих прав, обязанностей и ответственности в области защиты населения и территории Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций и в других областях, связанных с безопасностью жизнедеятельности; ЛР 03 сформированность базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности как основы для благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства; ЛР 04 готовность противостоять идеологии экстремизма и терроризма, национализма и ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам; ЛР 05 готовность к взаимодействию с обществом и государством в обеспечении	ПРб 01 сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении; ПРб 05 владение основами медицинских знаний: владение приёмами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знание мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера; ПРб 06 знания основ безопасного, конструктивного общения; умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;

	безопасности жизни и здоровья населения; ЛР 06 готовность к участию в деятельности государственных социальных организаций и институтов гражданского общества в области обеспечения комплексной безопасности личности, общества и государства; ЛР 07 сформированность российской гражданской идентичности, уважения к своему народу, памяти защитников Родины и боевым подвигам Героев Отечества, гордости за свою Родину и Вооружённые Силы Российской Федерации, прошлое и настоящее многонационального народа России, российской армии и флота; ЛР 08 ценностное отношение к государственным и военным символам, историческому и природному наследию, дням воинской славы, боевым традициям Вооружённых Сил Российской Федерации, достижениям России в области обеспечения безопасности жизни и здоровья людей; ЛР 09 осознание духовных ценностей российского народа и российского воинства; ЛР10 сформированность чувства ответственности перед Родиной, идейная убеждённость и готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу; духовно-нравственное воспитание: ЛР 11 осознание духовных ценностей российского народа и российского воинства; ЛР 14 ответственное отношение к своим родителям, старшему поколению, семье, культуре и традициям народов России, принятие идей волонтёрства и добровольчества; ЛР 15 эстетическое отношение к	сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; ПРб 07 знания о способах безопасного поведения в цифровой среде, умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им; ПРб 09 сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знание роли государства в противодействии терроризму; умение различать приёмы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знание порядка действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знание порядка действий при угрозе совершения террористического акта, при совершении террористического акта, при проведении контртеррористической операции; ПРб 10 сформированность представлений о роли России в современном мире, угрозах военного характера, роли вооружённых сил в обеспечении мира; знание основ обороны государства и воинской службы, прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знание действия при сигналах гражданской обороны; ПРб 11 знание основ государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и

	миру в сочетании с культурой безопасности жизнедеятельности; ЛР16 понимание взаимозависимости успешности и полноценного развития и безопасного поведения в повседневной жизни; ЛР 21 знание приёмов оказания первой помощи и готовность применять их в случае необходимости; ЛР 22 потребность в регулярном ведении здорового образа жизни; ЛР 23 осознание последствий и активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью; ЛР24 готовность к труду, осознание значимости трудовой деятельности для развития личности, общества и государства, обеспечения национальной безопасности; ЛР 25 готовность к осознанному и ответственному соблюдению требований безопасности в процессе трудовой деятельности; ЛР 26 интерес к различным сферам профессиональной деятельности, включая военно-профессиональную деятельность; ЛР 27 готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни; МРП 02 владеть видами деятельности по приобретению нового знания, его преобразованию и применению для решения различных учебных задач, в том числе при разработке и защите проектных работ; МРП 03 анализировать содержание учебных вопросов и заданий и выдвигать новые идеи, самостоятельно выбирать оптимальный способ решения задач с учётом установленных (обоснованных) критериев; МРП 04 раскрывать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между реальным (заданным) и наиболее	обязанностей гражданина в этой области; ПРб 12 знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности.

	благоприятным состоянием объекта (явления) в повседневной жизни; МРП 05 критически оценивать полученные в ходе решения учебных задач результаты, обосновывать предложения по их корректировке в новых условиях; МРП 06 характеризовать приобретённые знания и навыки, оценивать возможность их реализации в реальных ситуациях; МРП 09 создавать информационные блоки в различных форматах с учётом характера решаемой учебной задачи; самостоятельно выбирать оптимальную форму их представления; МРП 10 оценивать достоверность, легитимность информации, её соответствие правовым и морально-этическим нормам; МРК 01 осуществлять в ходе образовательной деятельности безопасную коммуникацию, переносить принципы её организации в повседневную жизнь; МРК 02 распознавать вербальные и невербальные средства общения; понимать значение социальных знаков; определять признаки деструктивного общения; МРР 01 ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях; МРР 02 самостоятельно выявлять проблемные вопросы, выбирать оптимальный способ и составлять план их решения в конкретных условиях; МРР 03 делать осознанный выбор в новой ситуации, аргументировать его; брать ответственность за своё решение; МРР 04 оценивать приобретённый опыт; МРР 08 принимать себя, понимая	

	свои недостатки и достоинства, невозможности контроля всего вокруг; МРР 09 принимать мотивы и аргументы других при анализе и оценке образовательной ситуации; признавать право на ошибку свою и чужую. МРР 10 понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы в конкретной учебной ситуации; МРР 12 оценивать свой вклад и вклад каждого участника команды в общий результат по совместно разработанным критериям; МРР 13 осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях; предлагать новые идеи, оценивать их с позиции новизны и практической значимости; проявлять творчество и разумную инициативу	
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	ЛР 12 сформированность ценности безопасного поведения, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности других людей, общества и государства; ЛР 13 способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, готовность реализовать риск-ориентированное поведение, самостоятельно и ответственно действовать в различных условиях жизнедеятельности по снижению риска возникновения опасных ситуаций, перерастания их в чрезвычайные ситуации, смягчению их последствий; ЛР 17 сформированность мировоззрения, соответствующего текущему уровню развития общей теории безопасности, современных представлений о безопасности в технических, естественно-научных, общественных, гуманитарных областях знаний,	ПРб 02 сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знание порядка действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях; ПРб 03 сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте; знание правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике; знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте; ПРб 04 знания о способах безопасного поведения в природной среде, умение применять их на практике; знание

	современной концепции культуры безопасности жизнедеятельности; ЛР 18 понимание научно-практических основ учебного предмета ОБЖ, осознание его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства; ЛР 19 способность применять научные знания для реализации принципов безопасного поведения (способность предвидеть, по возможности избегать, безопасно действовать в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях); ЛР 20 осознание ценности жизни, сформированность ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих; ЛР 28 сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной среды, осознание глобального характера экологических проблем, их роли в обеспечении безопасности личности, общества и государства; ЛР 29 планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе соблюдения экологической грамотности и разумного природопользования; ЛР 30 активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий и предотвращать их; ЛР 31 расширение представлений о деятельности экологической направленности. МРП 01 владеть научной терминологией, ключевыми понятиями и методами в области безопасности жизнедеятельности;	порядка действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования; ПРб 08 знание основ пожарной безопасности, умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности;

	МРП 07 использовать знания других предметных областей для решения учебных задач в области безопасности жизнедеятельности; переносить приобретённые знания и навыки в повседневную жизнь. МРП 08 владеть навыками самостоятельного поиска, сбора, обобщения и анализа различных видов информации из источников разных типов при обеспечении условий информационной безопасности личности; МРП 11 владеть навыками по предотвращению рисков, профилактике угроз и защите от опасностей цифровой среды; МРП 12 использовать средства информационных и коммуникационных технологий в учебном процессе с соблюдением требований эргономики, техники безопасности и гигиены. МРК 03 владеть приёмами безопасного межличностного и группового общения; безопасно действовать по избеганию конфликтных ситуаций; МРК 04 аргументировано, логично и ясно излагать свою точку зрения с использованием языковых средств. МРР 05 расширять познания в области безопасности жизнедеятельности на основе личных предпочтений и за счёт привлечения научно-практических знаний других предметных областей; повышать образовательный и культурный уровень. МРР 06 оценивать образовательные ситуации; предвидеть трудности, которые могут возникнуть при их разрешении; вносить коррективы в свою деятельность; контролировать соответствие результатов целям; МРР 07 использовать приёмы рефлексии для анализа и оценки образовательной ситуации,	

	выбора оптимального решения; МРР 11 ставить цели и организовывать совместную деятельность с учётом общих интересов, мнений и возможностей каждого участника команды (составлять план, распределять роли, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, договариваться о результатах);	
ПК 2.3 Контролировать соблюдение персоналом требований охраны труда, промышленной и пожарной безопасности	ЛР 25 готовность к осознанному и ответственному соблюдению требований безопасности в процессе трудовой деятельности; ЛР 26 интерес к различным сферам профессиональной деятельности, включая военно-профессиональную деятельность; МРП 07 использовать знания других предметных областей для решения учебных задач в области безопасности жизнедеятельности; переносить приобретённые знания и навыки в повседневную жизнь. МРК 01 осуществлять в ходе образовательной деятельности безопасную коммуникацию, переносить принципы её организации в повседневную жизнь; МРР 10 понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы в конкретной учебной ситуации.	ПРб 06 знания основ безопасного, конструктивного общения; умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им; сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии.

1.2 Система контроля и оценки освоения программы общеобразовательной дисциплины

1.2.1. Формы промежуточной аттестации по ООД

Общеобразовательная дисциплина	**Формы промежуточной аттестации**
ООД.10 Основы безопасности и защиты Родины	Дифференцированный зачет

1.2.2. Организация текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения программы общеобразовательной дисциплины

Контроль и оценка результатов обучения осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий. Результаты обучения определяют, что обучающиеся должны знать, понимать и демонстрировать по завершении изучения дисциплины.

Для формирования, контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины используется система оценочных мероприятий, представляющая собой комплекс учебных мероприятий, согласованных с результатами обучения и сформулированных с учетом ФГОС СОО (предметные результаты по дисциплине) и ФГОС СПО.

2. Задания для контроля и оценки освоения программы общеобразовательной дисциплины

2.1. Задания для текущего контроля

2.1.1. Темы индивидуальных проектов

1. Анализ связи вредных факторов на конкретном рабочем месте и заболеваний строителей.

2. Анализ источников опасностей на разных технологических этапах строительно-монтажных работ.

3. Анализ картины опасностей современной молодежи.

4. Создание презентации/видеоролика об историях травматизма/развития профессиональных заболеваний строителей.

5. Сравнительный анализ рисков в работе строителя в XIX, XX и XXI веках.

6. Оценить риск профессиональных заболеваний.

7. Обзорная статья об индивидуальных средствах защиты на стройплощадке» (средства по выбору).

8. Сравнительный анализ безопасности строительства в России и стране в Европе (на выбор).

9. Создание видеоролика с обзором ассортимента индивидуальных средств защиты на стройплощадке на интернет-сайтах.

10. Разработка безопасной «бытовки» для строителей.

11. Составление статьи-отчета об экскурсии в ВЧ (по плану).

12. Разработка моего распорядка дня на военных сборах в ВЧ.

13. Сравнительный анализ должностных инструкций/компетенций для специалиста гражданского строительства и военного строительства.

14. Алиэи инструкции по технике безопасности в строительстве с целью выявления видов травматизма.

15. Анализ законов и иных нормативных правовых актов, содержащих государственные нормативные требования по охране труда, распространяющиеся на вид деятельности для специальности.

16. Составление/разработка перечня средств для оказания первой помощи при травмировании в ходе строительно-монтажных работ.

17. Разработка обучающей презентации по правилам безопасного поведения при пожарах на складе стройматериалов.

18. Разработка алгоритмов оказания помощи в офисе при неотложном состоянии (потере сознания, инсульте).

2.1.2. Темы докладов

1. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
2.Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе
3. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
4.Роль физической культуры в сохранении здоровья.
5. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
6. Терроризм как основная социальная опасность современности.
7.Современные средства поражения и их поражающие факторы.
8.Оповещение и информирование населения об опасности.
9. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
10. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
11. Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
12. Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.
13. Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
14. Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
15. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
16. Символы воинской чести.
17.Патриотизм и верность воинскому долгу.
18. Профилактика инфекционных заболеваний.
19.Первая помощь при острой сердечной недостаточности.

20. Оказание первой помощи при бытовых травмах.
21. Духовность и здоровье семьи.
22. Здоровье родителей — здоровье ребенка.
23. Как стать долгожителем?
24.Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.
25.Политика государства по поддержке семьи.

2.1.3. Темы для рефератов

- Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.
- Факторы, способствующие укреплению здоровья.
- Взаимодействие человека и среды обитания.
- Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
- Табакокурение и его влияние на здоровье человека.
- Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
- Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
- Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
- Конвенция ООН «О правах ребенка».
- Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности.
- Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах ЧС.
- Города-герои Российской Федерации.
- Города воинской славы Российской Федерации.
- Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.

2.1.4 Тестовые задания

Тема 1.4 Действия при пожаре.

Тест

1. Пожар — это …

1) намеренная порча имущества посредством поджога
2) неконтролируемое горение, причиняющее материальный ущерб, вред жизни и здоровью граждан
3) внезапный взрыв контейнера с горючим веществом
4) тление болотистой местности

2. К причине пожара, связанной с неисправностью и неправильной эксплуатации электрооборудования, относят

1) оставление электронагревательных приборов включенными в сеть в течение длительного времени и их перегрев
2) неисправность печей или плохая подготовка к отопительному сезону
3) поджог тополиного пуха
4) неправильное обращение с пиротехникой

3. Государственная противопожарная служба входит в состав

1) Российской армии
2) Вооруженных сил России
3) МСЧ России
4) Министерства обороны России

4. Какого вида пожарной охраны РФ **не** существует?

1) государственная
2) международная
3) муниципальная
4) частная

5. Какую ответственность несут граждане за нарушение пожарной безопасности?

1) выговор со стороны муниципального управления
2) административная, правовая, уголовная
3) замечание с пометкой в личном деле
4) никакой ответственности не несут

6. При вызове пожарных нужно сообщить

1) как давно начался пожар
2) что вам очень страшно, и вы одни дома
3) спросить, как потушить включённый в розетку телевизор
4) что горит и свой точный адрес

7. Покидая задымленное помещение необходимо передвигаться

1) по низу с закрытым влажной тканью ртом
2) как можно быстрее бегом
3) обязательно на лифте
4) спокойно, без паники в полный рост медленным шагом

8. Каким огнетушителем можно тушить электроприборы под напряжением?

1) воздушно-пенным
2) углекислотным
3) порошковым
4) огнетушителем тушить нельзя

9. К поражающим факторам пожара относятся

1) порча личного имущества
2) огонь и продукты горения
3) разрушение зданий
4) стресс человека

10. Состояние защищенности личности, имущества, общества и государства от пожаров называется

1) экономическая стабильность
2) пожарная безопасность
3) ответственность
4) личная безопасность

11. Государственный пожарный надзор в РФ осуществляет

1) Государственная противопожарная служба
2) армия
3) Вооруженные силы
4) президент

12. Наиболее массовый и опасный характер носит загрязнение почвы

1) радиоактивными отходами
2) промышленными удобрениями
3) свинцом и его соединениями

13. Основными загрязнителями поверхностных вод являются

1) синтетические моющие средства
2) нефть и нефтепродукты
3) сточные воды

14. Химические и биологические средства, используемые для борьбы с вредителями и болезнями растений — это …

1) пестициды
2) биогенные вещества
3) детергенты

15. Физические и химические факторы, вызывающие наследственные изменения в организме — это …

1) мутация
2) мутагены
3) свободные радикалы

16. Витамины для поддержания организма в здоровом состоянии усваиваются наиболее полно

1) если их употреблять в комплексе
2) если их употреблять раздельно
3) вне зависимости от способа употребления

Ответы на тест: Действия при пожаре.
1-2
2-1
3-3
4-2
5-2
6-4
7-1
8-3
9-2
10-2
11-1
12-3
13-2
14-1
15-2
16-1

Тема 3.3. Как снизить риски для здоровья. Профилактика заболеваний.

Здоровый образ жизни**.**

Задание № 1

Ответить на вопросы по теме «Вредные привычки»

№п/п	Вопрос	Ответ
1.	Назовите какие социальные факторы влияют на появление вредных привычек?	
2.	Отчего зависит степень	

	опьянения?	
3.	При каких условиях наблюдается наибольшая скорость всасывания алкоголя в кровь?	
4.	Какие факторы влияют на скорость наступления состояния опьянения?	
5.	На что в первую очередь воздействует алкоголь?	
6.	Как меняется характер человека при употреблении алкоголя?	
7.	Какой процент взрослого населения страны курит?	
8.	Чем определяется токсичность табачного дыма?	
9.	Какая доза никотина опасна для жизни?	
10.	На какие органы человеческого организма оказывает влияние курения и как?	
11	Какие группы наркотиков можно выделить?	
12	Какая наиболее употребляемая в мире группа наркотиков?	
13	Какие наркотики относят к препаратам конопли?	
14	Как влияет на организм человека употребление марихуаны?	
15	Что относится к опиатным наркотикам?	
16	Как влияет употребление опиатных наркотиков на организм человека?	
17	Признаки передозировки опиатными наркотиками.	
18	К какой группе наркотиков	

	относят амфетамин и кокаин?	
19	Как влияет на человека употребление амфетамина?	
20	Как влияет на человека употребление галлюциногенных веществ?	
21	Время привыкания к наркотикам	
22	Какие социальные последствия наркомании можно выделить?	

Эталон ответа:

№п/п	Вопрос	Ответ
1.	Назовите какие социальные факторы влияют на появление вредных привычек?	Макро, микро социальный климат (экономическая нестабильность, война, природные катаклизмы, тяжелая семейная ситуация)
2.	Отчего зависит степень опьянения?	Концентрации спирта в употребляемом напитке, количество выпитого
3.	При каких условиях наблюдается наибольшая скорость всасывания алкоголя в кровь?	При употреблении алкоголя натощак и без закуски
4.	Какие факторы влияют на скорость наступления состояния опьянения?	Эмоциональное состояние человека, утомление, инфекционные заболевания, травмы головы, высокая температура окружающего воздуха.
5.	На что в первую очередь воздействует алкоголь?	На мозг
6.	Как меняется характер человека при употреблении алкоголя?	Состояние агрессии сменяется на состояние глубокой депрессии, начинается нарушение сна, на последних стадиях начинается деградация человека
7.	Какой процент взрослого населения страны курит?	50% взрослого населения
8.	Чем определяется токсичность табачного дыма?	Содержанием никотина
9.	Какая доза никотина опасна	50-75 мг.

	для жизни?	
10.	На какие органы человеческого организма оказывает влияние курения и как?	На внешний вид: ногти и зубы желтеют; кожа становится морщинистой, теряет эластичность; ухудшается зрение, слух, обоняние, чувство вкуса.
11	Какие группы наркотиков можно выделить?	Препараты конопли Опиатные наркотики Психостимуляторы Галлюциногены
12	Какая наиболее употребляемая в мире группа наркотиков?	Препараты конопли
13	Какие наркотики относят к препаратам конопли?	Марихуана, гашиш
14	Как влияет на организм человека употребление марихуаны?	Возбуждающе, вызывая галлюцинации и чувство эйфории
15	Что относится к опиатным наркотикам?	Морфин
16	Как влияет употребление опиатных наркотиков на организм человека?	Быстро становится физически и психически зависим
17	Признаки передозировки опиатными наркотиками.	Затрудненное дыхание, кожные покровы становятся холодными и влажными, начинаются конвульсии, может наступить состояние комы, а затем смерть.
18	К какой группе наркотиков относят амфетамин и кокаин?	
19	Как влияет на человека употребление амфетамина?	
20	Как влияет на человека употребление галлюциногенных веществ?	
21	Время привыкания к наркотикам	
22	Какие социальные последствия наркомании можно выделить?	

Задание № 2

Ответить на вопросы теста по теме «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

ВАРИАНТ 1

1. Что такое здоровый образ жизни?

а) отказ от вредных привычек – употребление алкоголя, табакокурения, наркотиков;

б) индивидуальная система привычек и поведения человека обеспечивающая ему необходимый уровень жизнедеятельности и здоровое долголетие;

в) комплекс знаний о здоровье человека.

2. Какие из перечисленных факторов оказывают наибольшее влияние наибольшее влияние на индивидуальное здоровье человека?

а) биологические;

б) окружающая среда;

в) физические;

г) служба здоровья;

д) культурные;

е) индивидуальный образ жизни.

3. Укажите время наивысшей работоспособности человека в соответствии с суточными биологическими ритмами.

а) с 8 до 10 часов;

б) с 10 до 12 часов;

в) с 12 до 14 часов;

г) с14 до 16 часов;

д) с 16 до 18 часов;

е) с 18 до 20 часов;

ж) с 20 до 22 часов.

4. Какие из перечисленных микроорганизмов безвредны для человека?

а) патогенные;

б) сапрофиты;

в) условно-патогенные.

5. Утомление – это:

а) долговременное снижение работоспособности;

б) систематическое ухудшение производственных показателей;

в) временное ухудшение работоспособности;

г) регулярное нарушение функций организма.

6. Укажите субъективные показатели самоконтроля в индивидуальной системе здорового образа жизни.

а) самочувствие;

б) работоспособность;

в) частота сердечных сокращений;

г) сон;

д) артериальное давление;

е) аппетит.

7. Зоонозные инфекции передаются человеку через:

а) укусы кровососущих насекомых;

б) контакт с больным человеком;

в) укусы или при тесном контакте с больным животным;

г) пищу и воду.

ВАРИАНТ 2

1. Под режимом жизнедеятельности человека понимается:

а) деятельность в быту;

б) соответствие индивидуальной формы существования условия среды обитания;

в) установленный порядок труда, отдыха, питания и сна.

2. Какие из перечисленных факторов оказывают наибольшее влияние на здоровье человека?

а) биологические;

б) окружающая среда;

в) идивидуальный образ жизни;

г) система здравоохранения.

3. В какое время суток работоспособность человека в соответствии с суточными биологическими ритмами наиболее низка?

а) с 13 до 17 часов;

б) с 17 до 21 часов;

в) с 21 до 1 часа;

г) с 1 до 5 часов;

д) с 5 до 9 часов.

4. Укажите микроорганизмы, вызывающие развитие инфекционных заболеваний у человека.

а) сапрофиты;

б) условно-патогенные;

в) патогенные.

5. Что является основной причиной утомления?

а) продолжительный активный отдых;

б) длительная и напряженная умственная или физическая деятельность;

в) регулярное несоблюдение распорядка дня;

г) постоянное употребление стимуляторов (чай, кофе и т.д.).

6. Укажите объективные показатели самоконтроля:

а) болезненные и тревожные ощущения;

б) аппетит;

в) самочувствие;

г) показание частоты сердечных сокращений.

7. Какие болезни из приведенных ниже относятся к кишечным инфекциям?

а) дифтерия;

б) брюшной тиф;

в) дизентерия.

Эталон ответа:

тема: «Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни».

Вариант 1

1: б.
2: а; б; г; е.
3: б; д.
4: б.
5: в.
6: а; б; г; е.
7: в.
8: а; в; ж.
9: а; б; г; д; ж.
10: б; в; д; е.
11: в.
12: е.
13: а.
14: в.
15: б.
16: в; а;б; г; д.
17: а; б; д; ж.
18: в.
19: а.
20: б; г.
21: а; б; г; д; ж; з.
22: в; г; д; ж; з.
23: б; д.
24: а; д.
25: а.
26: а; г.
27: а; б.
28: а; б.
29: а; г.
30: б; в.
31: в; г.

Вариант 2

1: в.
2: в.
3: г.
4: в.
5: б.
6: г.
7: б; в; д.
8: в.
9: в.
10: б; г; д; е.
11: в; г.
12: д.
13: б; г; д; е; ж.
14: д.
15: г; а; б; в.
16: а; д.
17: в.
18: б.
19: в.
20: б; в; а.
21: а; г; д; е; б; в.
22: б; в; д; ж; е.
23: б.
24: а; б.
25: в.
26: в; г.
27: а; в.
28: в.
29: б.
30: а; г.
31: а; в.

Тема 1.5 Опасности в ситуации захвата заложников.

Задание.

Составьте алгоритм поведения в случае захвата заложников.

Если вы оказались заложником.

- Не допускайте действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам;
- Не вступайте в переговоры с террористами по своей инициативе;
- Заставьте себя спокойно переносить оскорбления, унижения, не ведите себя вызывающе;
- При необходимости выполняйте требования террористов, не противоречьте им, старайтесь не допускать истерик и паники.
- Прежде чем что либо сделать, спрашивайте разрешения (сесть, встать, попить, сходить в туалет и т. д.);
- Если вы ранены постарайтесь не двигаться.

Ваша главная цель - остаться в живых.

- Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы преступников, черты их лиц, имена, клички, имеющиеся шрамы, татуировки, особенности речи и поведения, во что одеты и т.д.
- Если вас перевозят на транспорте или ведут куда – либо, старайтесь запомнить дорогу. Если вам завяжут глаза, попробуйте определить, как долго вы ехали.
- Определите укрытие, за которым можно спрятаться в случае перестрелки.

Тема 2.2 Риски на дорогах.

Ситуационные задачи по теме «Правила и безопасность дорожного движения»

<u>Ситуационная задача № 1.</u>

На твоих глазах грузовым автомобилем сбит пешеход. Он без сознания лежит на спине. Его лицо в крови, правая нога неестественно подвернута, и вокруг нее растекается лужа крови. Дыхание шумное, с характерным сипом на вдохе.

Эталон ответа:

1. Наложить кровоостанавливающие жгуты.

1. Наложить стерильную повязку на кровоточащую рану.

1. Наложить импровизированную шину на правую ногу

1. Вызвать «Скорую помощь».
2. Оттащить пострадавшего с проезжей части на безопасное место.

Ситуационная задача № 2.

На автобусной остановке стоящий рядом мужчина побледнел и упал. Он – без сознания, кожные покровы бледные, с сероватым оттенком; зрачки широкие, на свет не реагируют.

Эталон ответа:

1. Убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии и реакции зрачков на свет.
2. Подробно расспросить окружающих, что предшествовало потере сознания
3. Нанести прекардиальный удар и приступить к реанимации
4. Вызвать «Скорую помощь».
5. Позвать окружающих на помощь

Ситуационная задача № 3.

После удара молнии в одиноко стоящее дерево один из укрывающихся под ним от дождя путников замертво упал. У пораженного молнией левая рука черная, обожженная по локоть; зрачки широкие, не реагирующие на свет; пульса на сонной артерии нет.

Эталон ответа:

1. Убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии и реакции зрачков на свет.
2. Нанести прекардиальный удар и приступить к реанимации
3. Поручить, кому-нибудь вызвать «Скорую помощь».
4. Положить холод на место ожога
5. Накрыть обожженную поверхность чистой тканью

Ситуационная задача № 4.

Во время уборки урожая произошел несчастный случай. У пострадавшего – открытый перелом левой бедренной кости и сильное кровотечение из бедренной артерии. Он кричит от боли, но старается забраться в кузов грузовика: не хочет опоздать на последний автобус.

До ближайшего телефона на посту ГАИ 40 минут езды на машине, до районной больницы – не менее 1 часа.

Эталон ответа:

1. Сильно надавить кулаком на бедро ниже паховой складки и попросить одного из помощников продолжать так давить по окончании оказания помощи
2. Наложить жгут выше места кровотечения поверх одежды
3. Разорвать брюки и наложить на рану стерильную повязку
4. Наложить шину от места перелома до пятки
5. Перенести пострадавшего в кузов грузовика и как можно быстрее доставить в больницу

Ситуационная задача № 5.

Из окна второго этажа горящего дома выпрыгнул человек. Он катается по снегу, пытаясь сбить пламя. Его рубашка на спине уже перестала тлеть. Под остатками ткани видна черная кожа с множеством влажных трещин и пузырей.

Эталон ответа:

1. Наложить на места ожогов стерильные повязки
2. Накрыть спину чистой простыней
3. Предложить пострадавшему 2 таблетки анальгина
4. Предложить пострадавшему обильное теплое питье
5. Удалить остатки одежды.

Тема: 3.4 Как защититься от опасностей на дорогах.

Ответить на вопросы теста.

1) Являются ли тротуары и обочины частью дороги?

А) Являются

Б) Являются только обочины

В) Не являются

2) Какая дорога является главной на перекрёстке?

А) Дорога с твёрдым покрытием по отношению к грунтовой

Б) Дорога с тремя и более полосами по отношению к двух полосной

В) Дорога с бетонным покрытием по отношению к дороге, покрытой брусчаткой.

3)Выезд из двора или иной прилегающей территории:

А) Считается перекрёстком равнозначных дорог

Б) Считается перекрёстком не равнозначных дорог

В) Не считается перекрёстком

4) Что означает требование уступить дорогу?

А) Вы должны обязательно остановиться и пропустить других участников движения

Б) Вы не должны двигаться или совершать иные маневры, если это принудит других участников движения снизить скорость или остановиться.

В) Вы должны уступить дорогу, если только имеется соответствующий знак.

5) Что означает термин недостаточная видимость?

А) Видимость дороги менее 100 метров вблизи опасных поворотов дороги

Б) Видимость дороги менее 300 метров в условиях снегопада, дождя, тумана, а также в сумерки.

В) Видимость дороги менее 150 метров в ночное время.

6) В каком случае вы совершите вынужденную остановку?

А) Остановившись перед пешеходным переходом чтобы пропустить пешехода.

Б) Остановившись на проезжей части из-за технической неисправности автомобиля.

В) В обоих случаях.

7) Какие транспортные средства относятся к маршрутным?

А) Все автобусы

Б) Автобусы, троллейбусы, трамваи предназначенные для перевозки людей и движущиеся по установленному маршруту .

В) Любые транспортные средства, перевозящие пассажиров.

8. Кому вы обязаны передавать водительское удостоверение и документы на машину для проверки?

А) Сотруднику полиции

Б) Дружиннику

В) Всем перечисленным лицам

9. По требованию, каких лиц водители обязаны проходить освидетельствование на состояние алкогольного опьянения?

А) сотрудников полиции

Б) внештатных сотрудников полиции

В) Дружинников

Г) Всех перечисленных лиц.

10. Обязаны ли водители предоставлять своё транспортное средство сотрудникам полиции для доставки пострадавших в больницу?

А) Обязаны только при движении в попутном направлении

Б) Обязаны независимо от направления движения

В) Не обязаны

Эталон ответа:

1-а;

2-а;

3-в;

4-б;

5-б;

6-б;

7-б;

8-а;

9-а;

10-б.

Тема: 3.3

Ответить на вопросы по теме «Репродуктивное здоровье»

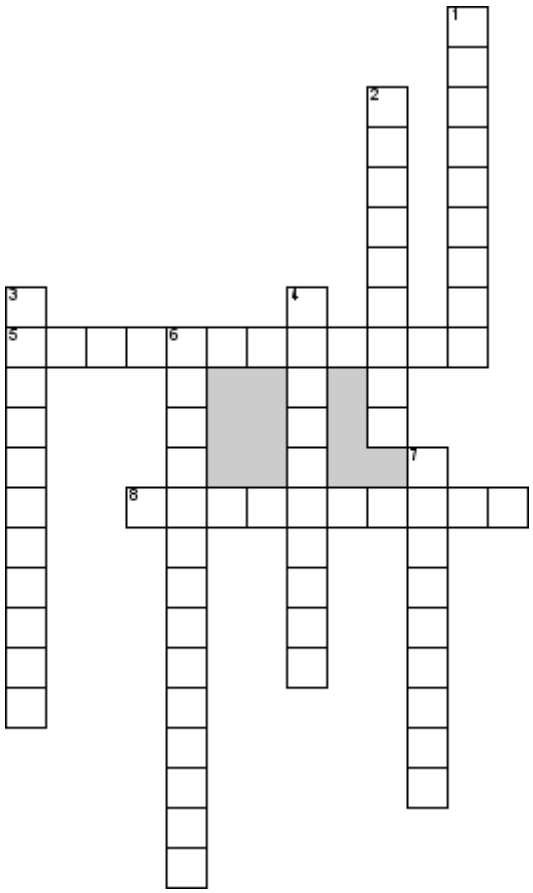
1. Что следует понимать под репродуктивным здоровьем?
2. Назовите основные критерии, которые определяют репродуктивное здоровье человека и общества.
3. Дайте общую характеристику репродуктивного здоровья российского общества.
4. Какова роль семьи в формировании репродуктивного здоровья?

Эталон ответа:

1. Основная составляющая здоровья человека и общества, характеризующая их способность создать и реализовать необходимые условия для рождения ребенка и воспитания здорового поколения.
2. Одним из критериев репродуктивного здоровья можно считать устойчивую мотивацию человека на создание прочной семьи и выработку у себя качеств хорошего семьянина.
3. Демографическая ситуация в России, сложившаяся в последнее десятилетие прошлого века, характеризовалась низкой рождаемостью, высокой смертностью и сокращением численности населения (в среднем на 800 тыс. человек в год) и рассматривалась как демографический кризис.
4. Семья служит школой формирования духовного, физического и социального благополучия. Семья — это первое родное место на Земле для любого человека.

Задание

Составить кроссворд на тему «Брак и семья»



По горизонтали

5. Один из типов семейных взаимоотношений

8. Редко встречающаяся форма брака, имеет место в Южных штатах Индии, на Тибете

По вертикали

1. Россия, не признает юридической силы ..... брака. Поэтому перед его заключением необходимо зарегистрировать отношения в государственных органах ЗАГС

2. Многоженство

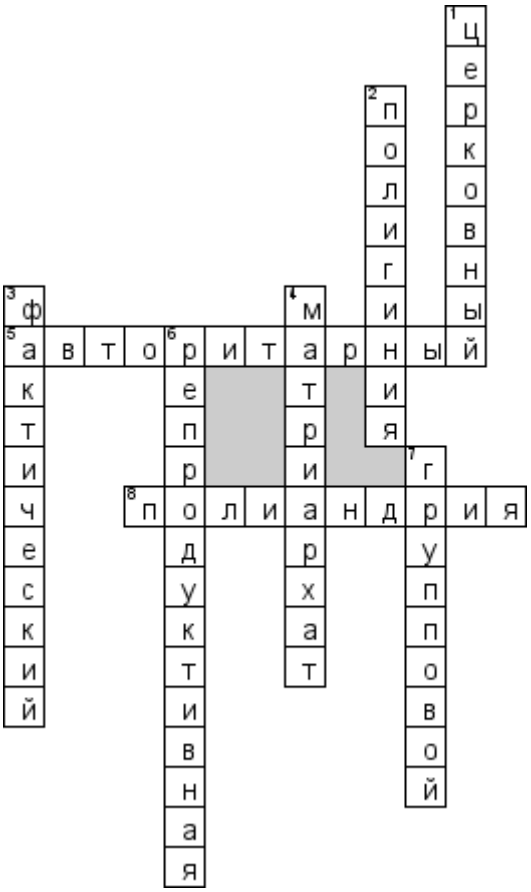
3. Реально существующий брак, однако не оформленный в установленном законом порядке

4. Власть в семье принадлежит женщине

6. Главная функция семья

7. Часто можно услышать другое название подобных отношений - «шведская семья»

Эталон ответа:


1 церковный
2 политический
3 фашистский
4 материя
5 авторитарный
6 репродуктивная
7 государственный
8 политандрия

Тема 5.2 Первая помощь при неотложных состояниях.

Задание.

Решить ситуационные задачи.

1. На улице к вам обращается подросток с просьбой закурить. Ваши действия.

2. В магазине девушка с неопрятной внешностью обращается к вам с просьбой купить бутылку пива, т.к. у нее не хватает денег. Ваши действия.

3. Коллега по работе во время перерыва хвастается как вчера «воспитывал» жену за плохо разогретый ужин, ударив ее несколько раз. Ваши действия.

4. Возвращаясь домой, на лестничной клетке вы увидели молодого человека в явном состоянии наркотического опьянения. Ваши действия.

Заполнить таблицы.

Таблица № 1. Первая помощь, правила, принципы.

Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.	**Принципы оказания первой медицинской помощи.**	**Последовательность оказания первой медицинской помощи.**	**Признаки жизни.**	**Общие правила.**

Эталон ответа.

Таблица № 1. Первая помощь, правила, принципы.

Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.	**Принципы оказания первой медицинской помощи.**	**Последовательность оказания первой медицинской помощи.**	**Признаки жизни.**	**Общие правила.**
1.Отсутствие сознания; 2.Остановка дыхания и кровообращения; 3.Наружные кровотечения; 4.Инородные тела в верхних дыхательных	1.Правильность и целесообразность; 2.Быстрота; 3.Обдуманность, решительность и спокойствие.	1.Необходимо установить обстоятельства. При которых произошла травма; 2.Время возникновения травмы; 3.Место возникновения	1.Наличие пульса на сонной артерии; 2.Наличие самостоятельного дыхания; 3.Реакция зрачка	1.Вызовите «Скорую помощь» **03** или **103** (с мобильного телефона). 2.Убедитесь в том, что ни пострадавшему, ни вам не угрожает опасность.

путях; 5.Травмы различных областей тела; 6.Ожоги, эффекты воздействия высоких температур, теплового излучения; 7.Отморожение и другие эффекты воздействия низких температур; 8.Отравления.		травмы;	на свет.	3.По возможности, оставьте потерпевшего лежать там, где он находится, пока его не осмотрят. Если придется его перемещать, делайте это с особой осторожностью. 4.Если у потерпевшего рвота, положите его на бок, чтобы не задохнулся. 5.Ели пострадавший не дышит, сделайте ему искусственное дыхание. 6.Накройте потерпевшего, чтобы он не замерз, защитите его от дождя и снега. 7.Перевяжите и зафиксируйте травмированный орган. 8.Выберите наиболее подходящий способ транспортировки.

Таблица № 2. Первая помощь при различных состояниях.

Первая помощь при потере сознания	**Первая помощь при кровотечениях**	**Первая помощь при проникающем ранение грудной клетки**	**Первая помощь при ранениях брюшной полости**	**Первая помощь при поражении электрическим током**	**Первая помощь при ожогах**	**Первая помощь при отморожениях**	**Первая помощь при пищевых отравлениях**	**Первая помощь при обмороках**	**Первая помощь при солнечных и тепловых ударах**	**Первая помощь при отравлении угарным газом**

Эталон ответа.

Таблица № 2. Первая помощь при различных состояниях.

Первая помощь при потере сознания	**Первая помощь при кровотечениях**	**Первая помощь при проникающем ранение грудной клетки**	**Первая помощь при ранениях брюшной полости**	**Первая помощь при поражении электрическим током**	**Первая помощь при ожогах**	**Первая помощь при отморожениях**	**Первая помощь при пищевых отравлениях**	**Первая помощь при обмороках**	**Первая помощь при солнечных и тепловых ударах**	**Первая помощь при отравлении угарным газом**
1.Убедитесь в том, что пострадавший потерял сознание. 2.Если он без сознания, убедитесь в том, дышит ли он. 3.Если он не дышит, освободите ему носоглотку. Вытяните вперед его нижнюю челюсть. Наклоните ему голову назад так, чтобы подбородок был выше носа. Вытяните его язык вперед, чтобы он не закрывал собой носоглотку. 4.Если пострадавший не начал дышать,	1.Положите потерпевшего так, чтобы рана была выше уровня сердца, если рана на голове или шее, приподнимите голову и плечи. 2. Почти любое кровотечение можно остановить, приложив свернутую в несколько слоев чистую ткань.Наложите повязку на рану и затяните ее покрепче. 3.Если кровотечение продолжается, надо прижать артерию к кости выше раны: на руке — посредине между локтем и подмышкой, на ноге — в	1.Наложите на рану чистую тканевую повязку. Если кишечник или другие внутренние органы вывалились наружу, не пытайтесь вернуть их на место. 2.Придайте пострадавшему наиболее удобное положение. Под согнутые в коленях ноги подложите свернутое одеяло, это снизит давление на стенку брюшной полости. 3.Не давайте пострадавшему пить, даже если он требует воды. Нельзя также есть или курить.	1.Наложите на рану чистую ткаевую повязку. Если кишечник или другие внутренние органы вывалились наружу, не пытайтесь вернуть их на место. 2.Придайте пострадавшему наиболее удобное положение Под согнутые в коленях ноги подложите свернутое одеяло, это снизит давление на стенку брюшной полости. 3.Не давайте пострадавшему пить, даже если он требует воды. Нельзя также есть или курить.			1.Пострадавшего вносят в теплое помещение, протирают пораженные участки спиртом (водкой) и растирают чистыми руками до покраснения кожи. 2.При отморожении значительного большего участка конечностей делают теплую ванну из слабого (бледно-розового) раствора марганцовокислого калия температурой 32-36оС или прикладывают нагретые предметы 3.В случае общего				

применяйте искусственное дыхание.	складке между торсом и бедром.					отморожения проводят возможно быстрое отогревание пострадавшего (вносят в помещение с температурой 20-22оС) и дают горячий чай, кофе, водку.				

Тема 4. Основы военной службы

Задание № 1.

ТЕСТ «Основы военной службы»

1. Каким федеральным законом определяется порядок прохождения службы?

1. Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе».

2. Федеральным законом «О воинской обязанности»

3. Федеральным законом «О военной службе»

Правильный ответ: Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе».

2. Какой день считается началом военной службы?

1. День прибытия в военный комиссариат субъекта Российской Федерации.

2. День убытия из дома к месту прохождения службы.

3. День убытия из военного комиссариата субъекта Российской Федерации к месту прохождения службы.

Правильный ответ: День убытия из военного комиссариата субъекта Российской Федерации к месту прохождения службы.

3. С какого момента гражданин приобретает статус военнослужащего?

1. Со дня убытия в военный комиссариат.

2. Со дня убытия из военного комиссариата.

2. Со дня убытия из дома к месту службы**.**

Правильный ответ: Со дня убытия из военного комиссариата.

4. Что такое Военная присяга?

1. Это торжественная клятва воина на верность Родине.

2. Это торжественная просьба воина.

3. Это торжественное напутствие воина.

Правильный ответ: Это торжественная клятва воина на верность Родине.

5. Повседневная жизнь и деятельность военнослужащего в воинской части осуществляется в соответствии с ….

1. Требованиями караульной службы.

2. Требованиями строевой службы.

3. Требованиями внутренней службы.

Правильный ответ: Требованиями внутренней службы.

6. Для чего предназначена внутренняя служба?

1. Для поддержания в воинской части воинской дисциплины.

2. Для поддержания в воинской части внутреннего порядка и воинской дисциплины, обеспечивающей постоянную боевую готовность личного состава, организованное выполнение им задач в повседневной деятельности.

3. Для организованного выполнения боевых задач в повседневной деятельности.

Правильный ответ: Для поддержания в воинской части внутреннего порядка и воинской дисциплины, обеспечивающей постоянную боевую готовность личного состава, организованное выполнение им задач в повседневной деятельности.

7. Внутренняя служба организовывается в соответствии с положениями….

1. Устава внутренней службы ВС РФ.

2. Устава внешней службы ВС РФ.

3. Устава наружной службы ВС РФ.

Правильный ответ: Устава внутренней службы ВС РФ.

8. Для чего предназначена внутренняя служба?

1. Для обеспечения отдыха личного состава.

2. Для обеспечения учебы личного состава.

3. Для обеспечения досуга личного состава.

Правильный ответ: Для обеспечения учебы личного состава.

9. Кто осуществляет руководство внутренней службой в воинской части?

1. Командир воинской части.

2. Командир подразделения.

3. Командир взвода.

Правильный ответ: Командир воинской части.

10. «Кто осуществляет руководство внутренней службой в подразделении?»

1. Командир соединения.

2. Командир подразделения.

3. Техник подразделения.

Правильный ответ: Командир подразделения.

11. Военнослужащие размещаются ….

1. В классах.

2. В казармах.

3. В квартирах.

Правильный ответ: в казармах.

12. Для проведения занятий в полку оборудуются….

1. Комнаты.

2. Уголки.

3. Места.

Правильный ответ: Места.

13. Для сна имеется….

1. Спальное помещение.

2. Канцелярия роты.

3. Комната досуга.

Правильный ответ: Спальное помещение.

14. Стрелковое оружие и боеприпасы хранятся….

1. В прикроватных тумбочках.

2. В комнате для чистки оружия.

3. В комнате для хранения оружия.

Правильный ответ: В комнате для хранения оружия.

15. Уборка помещений производиться….

1. Ежедневно.

2. Еженедельно.

3. Ежемесячно.

Правильный ответ: Ежедневно.

16. Курение военнослужащим разрешается….

1. В комнате для умывания.

2. В специально отведенных и оборудованных комнатах или местах, обеспечивающих пожарную безопасность.

3. В кладовой для хранения имущества роты и личных вещей военнослужащих.

Правильный ответ: В специально отведенных и оборудованных комнатах или местах, обеспечивающих пожарную безопасность.

17. В прикроватной тумбочке хранятся….

1. Патроны.

2. Еда.

3. Туалетные принадлежности.

Правильный ответ: Туалетные принадлежности.

18. Продолжительность служебного времени определяется….

1. Распорядком дня воинской части.

2. Военной присягой.

3. Воинскими уставами.

Правильный ответ: Распорядком дня воинской части.

19. Время для сна военнослужащим отводиться….

1. 6 часов.

2. 8 часов.

3. 10 часов.

Правильный ответ: 8 часов.

20. Военнослужащим имеет право на увольнение в город ….

1. Два в неделю.

2. Одно в неделю.

3. Три в неделю.

Правильный ответ: Одно в неделю.

21. Уставы Вооруженных Сил РФ – это….

1. Свод норм воинской службы.
2. Свод норм и законов воинской службы.
3. Свод законов воинской службы.

Правильный ответ: Свод законов воинской службы.

22. Они служат законодательной основой решения задач….

1. По достижению высокой организованности, дисциплины и порядка.
2. По достижению высокой организованности.
3. По достижению дисциплины и порядка.

Правильный ответ: По достижению высокой организованности, дисциплины и порядка.

23. К уставам Вооруженных Сил РФ относятся….

1. Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ.

2. Положения Наставления по строевой подготовке.

3. Положения Наставления по огневой подготовке.

Правильный ответ: Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ.

24. Положения уставов Вооруженных Сил обязательны….

1. Для всех рабочих.

2. Для всех крестьян.

3. Для всех военнослужащих.

Правильный ответ: Для всех военнослужащих.

25. Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ….

1. Определяет взаимоотношения между военнослужащими.
2. Определяет общие обязанности военнослужащих.
3. Определяет общие обязанности военнослужащих и взаимоотношения между ними.

Правильный ответ: Определяет общие обязанности военнослужащих и взаимоотношения между ними.

26. Дисциплинарный Устав Вооруженных Сил РФ определяет….

1. Обязанности и права по ее поддержанию.

2. Сущность воинской дисциплины, обязанности и права по ее поддержанию.

Правильный ответ: Сущность воинской дисциплины, обязанности и права по ее поддержанию.

27. Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил РФ…...

1. Определяет организацию и порядок несения гарнизонной и караульной служб, права и обязанности должностных лиц гарнизона и военнослужащих

2. Определяет права и обязанности должностных лиц гарнизона и военнослужащих.

Правильный ответ: Организацию и порядок несения гарнизонной и караульной служб, права и обязанности должностных лиц гарнизона и военнослужащих.

28. Строевой Устав Вооруженных Сил РФ определяет……

1. Строевые приемы, порядок их движения и действий в различных условиях.

2. Строи подразделений и частей, порядок их движения и действий в различных условиях.

3. Строевые приемы, строи подразделений и частей, порядок их движения и действий в различных условиях.

Правильный ответ: Строевые приемы, порядок их движения и действий в различных условиях.

29. Чем является несение караульной службы?

1. Выполнением боевой задачи.

2. Выполнением секретной задачи.

3. Выполнением учебно-боевой задачи.

Правильный ответ: Выполнением боевой задачи.

30. Виновные в нарушении требований караульной службы несут….

1. Административную ответственность.

2. Дисциплинарную ответственность.

3. Уголовную ответственность.

4. Дисциплинарную или уголовную ответственность.

Правильный ответ: Дисциплинарную или уголовную ответственность.

31. Для чего назначаются караулы?

1. Для бдительности.

2. Для несения караульной службы.

3. Для несения внутренней службы.

Правильный ответ: Для несения караульной службы.

32. Что называется караулом?

1. Снаряженное подразделение.

2. Вооруженный отряд.

3. Вооруженное подразделение, назначенное для выполнения боевой задачи.

Правильный ответ: Вооруженное подразделение, назначенное для выполнения боевой задачи.

33**. Какие бывают караулы?**

1. Наружные.

2. Внутренние.

3. Гарнизонные.

4. Гарнизонные и внутренние.

Правильный ответ: Гарнизонные и внутренние.

34. Что называется часовым?

1. Вооруженный караульный.

2. Вооруженный дневальный.

3. Вооруженный дежурный.

Правильный ответ: Вооруженный караульный.

35. Что называется, постом?

1. Территория воинской части.

2. Все порученное для охраны и обороны часовому.

3. Штаб.

Правильный ответ: Все порученное для охраны и обороны часовому.

36. Часовые несут охрану….

1. Лежа.

2. Стоя.

3. Способом патрулирования.

Правильный ответ: Способом патрулирования.

37. Что такое мотострелковое отделение?

1. Это низшее тактическое подразделение, организационно оно входит в состав мотострелкового взвода.

2. Это низшее тактическое подразделение, организационно оно входит в состав мотострелкового батальона.

3. Это низшее тактическое подразделение, организационно оно входит в состав мотострелкового полка.

Правильный ответ: Это низшее тактическое подразделение, организационно оно входит в состав мотострелкового взвода.

38. Чем может быть вооружено мотострелковое отделение?

1. Танк.

2. Автомобиль.

3. БМП или БТР.

Правильный ответ: БМП или БТР.

39. Мотострелковое отделение на БМП имеет в своем составе….

1. Командира отделения (К), наводчика-оператора (НО), механика-водителя (МВ), пулеметчика (П).

2. Командира отделения (К), наводчика-оператора (НО), механика-водителя (МВ), пулеметчика (П), стрелка-гранатометчика (СГ), стрелка-помощника гранатометчика (ПГ), старшего стрелка (СС) и стрелка (С).

3. Командира отделения (К), наводчика-оператора (НО), механика-водителя (МВ) и стрелка (С).

Правильный ответ: Командира отделения (К), наводчика-оператора (НО), механика-водителя (МВ), пулеметчика (П), стрелка-гранатометчика (СГ), стрелка-помощника гранатометчика (ПГ), старшего стрелка (СС) и стрелка (С).

40. Мотострелковое отделение на БТР имеет в своем составе….

1. Командира отделения (К), водителя (В), пулеметчика (П), стрелка-гранатометчика (СГ), стрелка-помощника гранатометчика (ПГ).

2. Командира отделения (К), водителя (В), пулеметчика (П), стрелка-гранатометчика (СГ).

3. Командира отделения (К), водителя (В), пулеметчика (П), стрелка-гранатометчика (СГ), стрелка-помощника гранатометчика (ПГ), старшего стрелка (СС), двух стрелков (С) и снайпера (СН).

Правильный ответ: Командира отделения (К), водителя (В), пулеметчика (П), стрелка-гранатометчика (СГ), стрелка-помощника гранатометчика (ПГ), старшего стрелка (СС), двух стрелков (С) и снайпера (СН).

41. На вооружение МСО на БМП имеются….

1. На вооружении отделения имеются БМП, ручной пулемет Калашникова (РПК), ручной противотанковый гранатомет (РПГ), автоматы Калашникова (АК), ручные осколочные гранаты (РГ) и ручные кумулятивные противотанковые гранаты (РПГ).

2. На вооружении отделения имеются БМП, ручной пулемет Калашникова (РПК), ручной противотанковый гранатомет (РПГ).

3. На вооружении отделения имеются БМП, ручной пулемет Калашникова (РПК), ручной противотанковый гранатомет (РПГ), автоматы Калашникова (АК).

Правильный ответ: На вооружении отделения имеются БМП, ручной пулемет Калашникова (РПК), ручной противотанковый гранатомет (РПГ), автоматы Калашникова (АК), ручные осколочные гранаты (РГ) и ручные кумулятивные противотанковые гранаты (РПГ).

42. На вооружение МСО на БМП имеются….

6. Автоматы Калашникова, снайперская винтовка Драгунова (СВД), ручные осколочные и кумулятивные противотанковые гранаты.

2. Ручной пулемет Калашникова, ручной противотанковый гранатомет, автоматы Калашникова, снайперская винтовка Драгунова (СВД), ручные осколочные и кумулятивные противотанковые гранаты.

3. Ручной противотанковый гранатомет, автоматы Калашникова, снайперская винтовка Драгунова (СВД), ручные осколочные и кумулятивные противотанковые гранаты.

Правильный ответ: Ручной пулемет Калашникова, ручной противотанковый гранатомет, автоматы Калашникова, снайперская винтовка Драгунова (СВД), ручные осколочные и кумулятивные противотанковые гранаты.

43. Что такое боевые возможности?

1. Это количественные и качественные показатели, характеризующие возможность подразделений и частей выполнять определенные задачи за установленное время в конкретных условиях обстановки.

2. Это количественные и качественные показатели в установленное время в конкретных условиях обстановки.

3. Это количественные и качественные показатели, характеризующие возможность подразделений и частей.

Правильный ответ: Это количественные и качественные показатели, характеризующие возможность подразделений и частей выполнять определенные задачи за установленное время в конкретных условиях обстановки.

44. Чем характеризуются боевые возможности МСО?

1. Характеризуется его огневыми возможностями.

2. Характеризуется его огневыми и маневренными возможностями.

3. Характеризуется его маневренными возможностями.

Правильный ответ: Характеризуется его огневыми и маневренными возможностями.

45. Какую позицию обороняет МСО?

1. До 100 метров.

2. До 200 метров.

3. До 300 метров.

Правильный ответ: До 100 метров.

46. Атаку, какого подразделения может отразить МСО?

1. До мотопехотной роты.

2. До мотопехотного взвода.

3. До мотопехотного батальона.

Правильный ответ: До мотопехотного взвода.

47. Что такое бой?

1. Это организованное вооруженное столкновение подразделений и частей воюющих сторон.

2. Это организованное вооруженное столкновение.

3. Это встреча воюющих сторон.

Правильный ответ: Бой – это организованное вооруженное столкновение подразделений и частей воюющих сторон.

48. Чем являются современный бой?

1. Современный бой является войсковым.

2. Современный бой является общевойсковым.

3. Современный бой является общим.

Правильный ответ: Современный бой является общевойсковым.

49. Что такое наступление?

1. Это основной вид боя.

2. Это не основной вид боя.

3. Запасной вид боя.

Правильный ответ: Это основной вид боя.

50. В чем заключается ее сущность наступления?

1. Сущность ее заключается в достижении дружбы.

2. Сущность ее заключается в достижении уважения к противнику.

3. Сущность ее заключается в достижении победы над противником.

Правильный ответ: Сущность ее заключается в достижении победы над противником

Задание № 2

Текст задания текущего контроля по теме «История создания ВС России».

Лексический диктант

Задание: Дайте понятия на предложенные определения.

1. Степень подготовленности государства к защите от агрессии …

2. Вооружённая организация государства …

3. Состояние защищённости жизненно важных интересов личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз …

4. Система мер по подготовке к вооружённой защите и вооружённая защита государства …

5. Вид войск, предназначенный преимущественно для ведения боевых действий на суше …

6. Войска по отражению нападения воздушного противника, прикрытию войск и объектов тыла

от ударов с воздуха …

7. Вид ВС, предназначенный для нанесения ударов по группировкам противника, …

8. Войска, выполняющие задачи по предупреждению о ракетном нападении, осуществляют запуск ракет – носителей …

9. Род войск, предназначенных для боевых действий в тылу противника, …

10. Войска, предназначенные для инженерного обеспечения боевых действий, …

Эталон ответа:

Дайте понятия на предложенные определения.

1. Степень подготовленности государства к защите от агрессии …

2. Вооружённая организация государства …

3. Состояние защищённости жизненно важных интересов личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз …

4. Система мер по подготовке к вооружённой защите и вооружённая защита государства …

5. Вид войск, предназначенный преимущественно для ведения боевых действий на суше – **сухопутные войска**

6. Войска по отражению нападения воздушного противника, прикрытию войск и объектов тыла от ударов с воздуха – **военно-воздушные войска**

7. Вид ВС, предназначенный для нанесения ударов по группировкам противника, …

8. Войска, выполняющие задачи по предупреждению о ракетном нападении, осуществляют запуск ракет – носителей …

9. Род войск, предназначенных для боевых действий в тылу противника, …

10. Войска, предназначенные для инженерного обеспечения боевых действий, …

Задание № 3

Текст задания текущего контроля по теме «Организационная структура ВС РФ. Виды ВС, рода ВС их предназначение»

Задание: Составить таблицу «Организация ВС РФ» с указанием видов ВС, родов войск, их предназначения и вооружения.

№ п/п	Вид ВС	Назначение видов ВС	Род войск	Назначение родов войск	Вооружение родов войск
1.					
2.					
3.					
4.					

Эталон ответа:

№ п/п	Вид ВС	Назначение видов ВС	Род войск	Назначение родов войск	Вооружение родов войск
1.	**Сухопутные войска**	сухопутные войска предназначены для ведения	**1-Мотострелковые войска,**		1-БМП и БТР

		наступления в целях разгрома группировки противника, овладения и удержания его территорий,районов и рубежей, нанесения огневых ударов на большую глубину, отражения вторжений противника и его крупных воздушных десантов	**2-Танковые войска,** - 3-**Ракетные войска и артиллерия,** **4-Войска ПВО Сухопутных войск,** - 5-**Специальные войска и службы.**		2- танки 3- ствольная и реактивная артиллерия 4- мобильные, буксируемые и переносные зенитно-ракетными и зенитно-пушечные системы. Спец. техника (связь, хим.защита, инженерные и т.д. подразделения)
2.	**Военно-воздушные силы**	предназначены для ведения разведки группировок противника, обеспечения завоевания господства (сдерживания) в воздухе, защиты от ударов с воздуха важных военно-экономических районов и объектов страны и	1- **Дальняя авиация** **2- Фронтовая авиация** **3- Армейская авиация** **4- Военно-транспортная авиация** **5- Специальная авиация** **6- Зенитные**	1-предназначенное для поражения (в том числе ядерного) группировок войск, авиации, военно-морских сил противника и разрушения его важных военных, военно-промышленных, энергетических объектов, узлов коммуникаций в	

		группировок войск, предупреждения о воздушном нападении, поражения объектов, составляющих основу военного и военно-экономического потенциала противника, поддержки с воздуха сухопутных войск и сил флота, десантирования воздушных десантов, перевозки войск и материальных средств по воздуху.	**ракетные войска** **7-Радиотехнические войска**	стратегической и оперативной глубине. 2-предназначена для поражения войск, объектов противника в оперативной глубине в воздухе, на земле и на море 3-предназначена для авиационной поддержки Сухопутных войск путем поражения наземных бронированных подвижных объектов противника на переднем крае и в тактической глубине, а также для обеспечения общевойскового боя и повышения мобильности войск. 4-Основным предназначением военно-транспортной авиации является обеспечение стратегической мобильности Вооруженных Сил России, а в мирное время — обеспечение жизнедеятельности войск в различных регионах.	

				5-предназначена для решения широкого спектра задач: дальнего радиолокационного обнаружения и управления, ведения радиоэлектронной борьбы, разведки и целеуказания, обеспечения управления и связи, дозаправки самолетов в воздухе, ведения радиационной, химической и инженерной разведки, эвакуации раненых и больных, поиска и спасения летных экипажей и т. д. 6-предназначены для защиты от средств воздушного нападения важных административных и экономических районов и объектов России. 7-предназначены для ведения радиолокационной разведки, выдачи информации для радиолокационного обеспечения частей зенитных ракетных войск и авиации, а	

				также для контроля использования воздушного пространства.	
3.	**Военно-морской флот**	вид вооружённых сил, предназначенный для проведения поисково-спасательных операций, защиты экономических интересов России, ведения боевых действий на морских и океанских театрах военных действий. Военно-морской флот способен наносить обычные и ядерные удары по морским и береговым силам противника, нарушать его морские коммуникации, высаживать морские десанты МФ России состоит из четырех флотов: Балтийского, Северного, Тихоокеанского и Черноморского и Каспийской флотилии	1-**Подводные силы** **2-Надводные силы** **3-Морская авиация** **4-Береговые войска** **5-Соединения и части специального назначения ВМФ**	1многоцелевые/торпедные корабли и ракетные крейсера. 2-обеспечивают скрытный выход в океан и развёртывание подводных сил, их возвращение. Надводные силы способны перевозить и прикрывать высадку десанта, устанавливать и снимать минные заграждения, нарушать коммуникации противника и защищать свои. 3-предназначена для нанесения бомбовых и ракетных ударов по кораблям противника и по его береговыми силам, ведения радиолокационной разведки, поиска подводных лодок и их уничтожения. 4-предназначены для защиты военно-морских баз и пунктов базирования	1многоцелевые /торпедные корабли и ракетные крейсера. 4-береговые ракетные комплексы и артиллерия, зенитные ракетные комплексы, минное и торпедное оружие, а также специальные корабли береговой обороны

				флота, портов, важных участков побережья, островов и проливов от нападения кораблей, и морских десантов противника. 5-предназначенные для проведения специальных мероприятий на территории военно-морских баз противника и в прибрежных территориях, ведения разведки.	
4.	**Самостоя-тельные рода войск**		**1-Войска воздушно-космической обороны** 2-**Ракетные войска стратегического назначения** 3-**Воздушно-десантные войска**	1-предназначенный для доведения информации предупреждения о ракетном нападении, противоракетная оборона Москвы, создание, развертывание, поддержание и управление орбитальной группировки космических аппаратов военного, двойного, социально-экономического и научного назначения. 2-предназначены для ядерного сдерживания	1-Первый государственный испытательный космодром «Плесецк» (до 2007 года функционировал также Второй государственный испытательный космодром «Свободный», до 2008 года — Пятый государственный испытательный космодром «Байконур»,

				возможной агрессии и поражения в составе стратегических ядерных сил или самостоятельно массированными, групповыми или одиночными ракетно-ядерными ударами стратегических объектов, находящихся на одном или нескольких стратегических воздушно-космических направлениях и составляющих основу военного и военно-экономического потенциала противника. 3-предназначены для оперативного десанта и ведения боевых действий в тылу противника.	впоследствии ставший только гражданским космодромом) 2-состоят межконтинентальные баллистические ракеты наземного базирования с ядерными боезарядами 3-воздушно-десантные и десантно-штурмовые дивизии и бригады, а также отдельных частей

Тема 5. Основы медицинских знаний

Задание № 1

Текст задания текущего контроля по теме «Первая медицинская помощь при травмах, ранениях, кровотечениях».

Кейс-задание

Задание: внимательно прочитайте кейс-задание, выберите и определите последовательность действий при оказании медицинской помощи:

Вариант 1. при растяжении сустава;

Вариант 2. при открытых переломах;

Вариант 3. при закрытых переломах;

Вариант 4. при ушибах;

Вариант 5. при вывихах;

Вариант 6. при разрывах связок и мышц;

Вариант 7. при травмах головы или позвоночника;

Вариант 8. при переломе рёбер;

Вариант 9. при переломе грудины и закрытом пневмотораксе;

Вариант 10. при переломе грудины и открытом пневмотораксе;

Вариант 11. при ранении живота;

Вариант 12. при переломе костей таза.

1. Остановить кровотечение и обработать края раны антисептиком.

2. Поддерживайте температуру тела пострадавшего.

3. Наложить на повреждённое место тугую повязку.

4. Провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения.

5. На рану в области перелома наложить стерильную повязку.

6. По возможности держите голову и позвоночник пострадавшего в неподвижном состоянии, зафиксируйте руками голову пострадавшего с обеих сторон в том положении, в котором вы его обнаружили.

7. Следите за уровнем его сознания и дыханием.

8. Доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

9. Придать пострадавшему возвышенное положение с приподнятым изголовьем.

10. Срочно вызвать «Скорую помощь».

11. Обеспечить повреждённой конечности покой.

12. Наложить герметизирующую повязку.

13. Остановите наружное кровотечение.

14. Поддерживайте проходимость дыхательных путей.

15. Наложить холод на повреждённое место.

16. Обеспечить повреждённой конечности покой и придать ей возвышенное положение.

17. Дать пострадавшему обезболивающее средство.

18. Если на пострадавшем надет защитный шлем, не снимайте его. Снимите его только в том случае, если пострадавший не дышит.

19. Придать пострадавшему возвышенное положение в положении полусидя (полулёжа).

20. Если есть возможность, дать пострадавшему кислород.

21. Обработать края раны 1%-ным раствором бриллиантовой зелени и прикрыть рану несколькими большими салфетками, которые фиксировать к грудной клетке.

22. Транспортирование пострадавшего осуществлять на носилках в положении лёжа.

23. Под колени положить скатанное одеяло или пальто так, чтобы нижние конечности были согнуты в коленях или разведены в стороны.

24. Наложить стерильную повязку на рану, укрепив её полосками лейкопластыря.

25. Немедленно обратиться к врачу.

26. Если обнажились внутренние органы, нужно накрыть их чистой влажной тканью или стерильными салфетками.

27. Уложить пострадавшего на спину, на твёрдый щит.

Эталон ответа:

вариант 1: 15, 3, 11, 8. вариант 2: 15, 3, 16, 8.

вариант 3: 15, 3, 16, 17, 8. вариант 4: 11, 3, 17, 8.

вариант 5: 1, 5, 17, 4. вариант 6: 4, 17, 15, 8.

вариант 7: 6, 14, 7, 13, 2. вариант 8: 17, 3, 19.

вариант 9: 17, 9, 20, 10. вариант 10: 9, 12, 21, 20, 10.

вариант 11: 24, 26, 8, 22. вариант 12: 27, 23, 17, 25.

Задание № 2

Заполнить таблицу «Основы медицинских знаний»

№ п/п	Виды поражений	Разновидности поражений	Признаки поражений	Факторы, способствующие поражению	Основные этапы 1-ой медицинской помощи

Эталон ответа:

№ п/п	Виды поражений	Разновидности поражений	Признаки поражений	Факторы, способствующие поражению	Основные этапы 1-ой медицинской помощи
1.	Ранение	Поверхностные и глубокие, проникающие и непроникающие	Нарушение целостности тканей в результате внешнего воздействия механической силы	Колющие, режущие предметы, различные осколки	- остановить кровотечение - удалить свободно лежащие предметы - обработать кожу вокруг раны - наложить стерильную повязку
2.	Кровотечение	Артериальное, венозное, капиллярное	Нарушение целостности тканей, выделение крови	Колющие, режущие предметы,	- наложить стерильную давящую повязку на рану (при венозном и капиллярном

				различные осколки	кровотечении) - пальцевое прижатие (при артериальном кровотечении) - наложить кровоостанавливающий жгут (при поражении крупных сосудов и вен)
3.	Отморожение	4 степени отморожения	1-я степень – бледность кожи, снижение чувствительности 2-я степень - бледность кожи, снижение чувствительности, пузыри 3-я степень – пузыри с багровой жидкостью, отмирание кожи (некроз) 4-я степень – омертвление тканей и суставов	Тесная, влажная обувь, легкая одежда, малоподвижность, алкогольное опьянение, общая усталость	- прекратить действие холода - согреть - наложить на зону отморожения теплоизолирующую ватно-марлевую повязку - утеплить конечность больного - срочно госпитализировать
4.	Замерзание	Общее замерзание	Пульс замедленный, артериальное давление снижается, дыхание становится поверхностным, может наступить потеря сознания, сердечная деятельность ослабевает	Переутомление, физическое истощение, алкогольное опьянение, сонливость	- согревание, при появлении признаков жизни – теплое питье - укутывание - срочная госпитализация
5.	ОСН	Инфаркт	Неспособность сердца обеспечить полноценное кровообращение	Заболевания сердца	- уложить больного на спину с приподнятой головой, обеспечить доступ свежего воздуха - успокоить больного, вызвать врача

Задание № 3

Ответить на вопросы по теме «Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка»

1. Каково главное условие рождения здорового ребенка?

2. Назовите факторы негативного воздействия на внутриутробное развитие ребенка.

3. Какие заболевания женщины представляют угрозу для будущего ребенка?

4. В чем опасность искусственного прерывания беременности?

5. Что является средством грамотного планирования семьи?

6. Как возраст родителей влияет на здоровье будущих детей?

Эталон ответа:

1. Главное условие рождения полноценного ребенка — здоровье родителей перед зачатием, во время него, а женщины — и при вынашивании плода.
2. Следует знать, что любые болезни родителей и, прежде всего, матери, оказывают влияние на внутриутробное развитие ребенка. Крайне неблагоприятно для развития плода, если родители злоупотребляют алкоголем или принимают наркотики. Так же отрицательно на здоровье ребенка может сказаться курение будущей матери.
3. Заражение ребенка возможно из-за больных зубов, синусита, гайморита, тонзиллита, бронхита, цистита, воспалительных заболеваний половых органов.
4. Одним из неблагоприятных факторов, разрушающих здоровье женщины, является аборт — искусственное прерывание беременности. Каждая процедура такого рода отрицательно сказывается на здоровье женщины и на будущей беременности. Самыми распространенными последствиями прерывания беременности являются воспаление детородных органов и бесплодие женщины.
5. Одним из средств грамотного планирования семьи является ***контрацепция*** (от новолат. ***contraceptio***— противозачатие) — предупреждение беременности механическими, химическими, гормональными и др. противозачаточными средствами и способами. Контрацепция — это не только защита от нежелательной

беременности, но и путь к сохранению вашего здоровья и рождению здорового ребенка тогда, когда вы этого захотите.

6. Одним из факторов, влияющих на здоровье ребенка, является *возраст будущих родителей.* Данный фактор включает в себя два аспекта: физиологический и социальный. Первый аспект связан с тем, что организм будущих родителей окончательно формируется в среднем к 20 — 25 годам. Более молодые родители рискуют здоровьем своих будущих детей, т.к. возрастает процент рождения недоношенных детей и возникает угроза смертности в первый год жизни. Второй аспект связан с социальным положением родителей. Более зрелый возраст родителей — гарантия того, что условия жизни ребенка будут лучше, чем у родителей, только что вышедших из подросткового периода и не добившихся финансовой и социальной самостоятельности. Лучше, конечно, если ребенок родится, когда семья достигнет определенной материальной независимости и стабильности.

2.2. Задания для промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет) проводится по окончании изучения общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности». (Преподаватель проводит проверочную работу, которая предназначена для промежуточной аттестации, итоговой оценки учебной подготовки студентов, завершивших освоение общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

Задачей проведения проверочной работы является определение уровня усвоения содержания образования по общеобразовательной дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности».

Итоговая проверочная работа

Характеристика заданий: тест и несколько ситуационных задач.

Форма организации: письменная работа на пять вариантов.

Критерии оценки:

Правильный ответ оценивается одним баллом. Критерий оценки производится исходя из общего числа правильных ответов:

85-100% правильных ответов (11-12) – оценка «5»;

70-84% правильных ответов (9-10) – оценка «4»;

50-69% правильных ответов (6-8) – оценка «3»;

менее 50 % правильных ответов (5 и менее) – оценка «2».

Время на выполнения задания – 30 минут

ВАРИАНТ 1

Выберите правильный вариант ответа:

1. **Назовите систему, созданную в России для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (ЧС):**

а) система наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды;

б) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС;

в) система сил и средств для ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

2. Ведение гражданской обороны на территории РФ или в отдельных ее местностях начинается:

а) с началом объявления о мобилизации взрослого населения;

б) с момента объявления или введения президентом РФ чрезвычайного положения на территории РФ или в отдельных се местностях;

в) с момента объявления состояния войны, фактического начала военных действий или введения президентом РФ военного положения на территории РФ и в отдельных се местностях.

3. Современная структура Вооруженных Сил РФ включает в себя:

а) 5 видов Вооруженных Сил РФ;

б) 3 вида Вооруженных Сил РФ и 3 рода войск Вооруженных Сил РФ;

в) 4 вида Вооруженных Сил РФ.

4. **Разведение костров, сжигание мусора на территории предприятия или во дворе:**

а) запрещается;

б) разрешается, если расстояние от места сжигания до зданий и сооружений составляет более 50 м;

в) разрешается в присутствии сотрудника противопожарной службы.

5. **Открытое повреждение кожи или глубоколежащих тканей и внутренних органов, это:**

а) растяжение связок;

б) открытый перелом;

в) рана.

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

а) в результате вдыхания зараженного воздуха, попадания ОВ в глаза, на кожу или при употреблении зараженной 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.

7. Установите соответствие:

1. **Степени отморожения:**

1. I степень	а) кожа синюшная, с пузырями с кровянистой жидкостью;
2. II степень	б) бледно-синюшные пятна в окружении ярко-красной кожи;
3. III степень	в) почернение кожи;
4. IV степень	г) синюшная кожа и пузыри на ней, заполненные прозрачной на вид жидкостью.

Дополните:

8. Образ жизни человека, основанный на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, закаливающий и, в то же время, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяющий до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье– это_____

_____

9. Истечение крови из кровеносного сосуда – это_____

10. Заболевание, при котором происходит воспаление ткани печени – это

_____

11. Вы заметили, что в подъезде начался пожар. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?

12. Землетрясение началось, когда вы находились в квартире. Ваши действия по спасению собственной жизни после первого подземного толчка?

ВАРИАНТ 2

Выберите правильный вариант ответа:

1. **Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС создана с целью:**

а) объединения усилий органов центральной власти, органов исполнительной власти, субъектов РФ, городов и районов, а также организаций, учреждений и предприятий, их сил и средств в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;

б) прогнозирования чрезвычайных ситуаций на территории РФ и организации проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ;

в) обеспечения первоочередного жизнеобеспечения населения пострадавшего в чрезвычайных ситуациях на территории РФ.

2. **Органы управления по делам гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям на территориальном уровне создаются:**

а) при органах внутренних дел субъектов РФ;

б) при военных округах на территории РФ;

в) при органах исполнительной власти субъектов РФ.

3. **Выходить из зоны химического заражения следует с учетом направления ветра:**

а) по направлению ветра;

б) перпендикулярно направлению ветра;

в) навстречу потоку ветра.

4. **Опасными факторами пожара являются:**

а) загрязнение окружающей среды, патологические изменения, потеря работоспособности и гибель людей, а также животных и растений;

б) внешнее и внутренне облучение людей, радиоактивное загрязнение местности;

в) открытый огонь, высокая температура окружающей среды и предметов, токсичные продукты горения, дым, пониженная концентрация кислорода.

5. **Наводнение – это:**

а) скопление льда в русле, ограничивающее течение реки, образуется в конце зимы и состоит из крупных и мелких льдин;

б) подъем уровня воды, вызванный воздействием ветра на водную поверхность;

в) затопление водой местности из-за подъема ее уровня в водохранилищах, реке, море, озере, возникающее во время ливней, интенсивного снеготаяния, нагона воды с моря, прорыва плотин и др.

6. **Травма – это:**

а) болезненные ощущения при повреждениях тканей в области суставов;

б) нарушение анатомической целостности и функций органов и тканей при воздействии внешних факторов;

в) частичные нарушения подкожно-жировой клетчатки.

7. Установите соответствие:

1. **Степени ожога:**

1. I степень	а) некроз (омертвение) кожных покровов, болевая и тактильная чувствительность отсутствуют;
2. II степень	б) покраснение, отек, боль;
3. III степень	в) обугливание кожи и глубоколежащих тканей (сухожилия, мышцы, кости);
4. IV степень	г) покраснение, боль, отек кожи с образованием пузырей с прозрачной жидкостью.

Дополните:

8.Состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов – это _____ .

9.Наука о безопасном взаимодействии человека со средой обитания – это _____ _____ .

10. Комплекс лечебно-профилактических мероприятий, направленных на уничтожение микробов в ране, создание в ране условий, неблагоприятных для развития микробов и проникновения их в глубь тканей – это _____ .

11. В вашем дворе начался пожар по одной из следующих причин: он перекинулся от костра для сжигания старой мебели, тары, мусора, опавших листьев, тополиного пуха. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?

12. Вы оказались в автономном существовании в природной среде. Ваши действия по обеспечению питьевой водой?

ВАРИАНТ 3

Выберите правильный вариант ответа:

1. **Социальная опасность – это:**

а) явления, процессы, объекты, свойства предметов, способные в определенных условиях причинить ущерб здоровью человека;

б) агрессия, направленная на себя;

в) действия одних групп, личностей, направленные (преднамеренно или бессознательно) на уничтожение других.

2. **Укажите, какой закон закрепляет правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства:**

а) Закон РФ «О безопасности»;

б) Федеральный закон «О гражданской обороне»;

в) Федеральный закон «Об обороне».

3. **От каких поражающих факторов защищает противорадиационное укрытие:**

а) от радиоактивного заражения;

б) от химического и бактериологического оружия;

в) от ударной волны, радиоактивного заражения и химического оружия

4. **К коллективным средствам защиты относятся:**

а) противогазы, респираторы;

б) средства защиты кожи;

в) убежища, противорадиационные укрытия (ПРУ).

5. **При заблаговременном оповещении о стихийном бедствии необходимо:**

а) открыть окна и двери нижних этажей;

б) включить телевизор, радио, выслушать сообщения и рекомендации;

в) перенести на нижние этажи ценные вещи.

6. **Многолетние исследования специалистов в разных странах мира показали, что здоровье человека на 50% зависит от:**

а) образа жизни;

б) экологических факторов;

в) наследственности;

г) состояния медицинского обслуживания населения.

7. Установите соответствие:

1. **Здоровье человека:**

1. Физическое — а) определяется теми моральными принципами, которые являются основой социальной жизни человека;

2. Психическое (душевное) — б) естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех органов и систем;
3. Нравственное — в) способность контролировать свои эмоции и поведение.

Дополните:

8.Затопление водой местности в результате ливней, снегопадов, бурного таяния снегов, причиняющее материальный ущерб, наносящее урон здоровью людей или приводящее к их гибели – это _____

9.Повреждение целостности тканей и нарушение функций, сопровождающееся местной или общей реакцией организма, вызванное воздействием на человека одного или одновременно нескольких факторов внешней среды (механических, тепловых, холодных, химических, радиационных) – это _____

10. Комплекс мероприятий, направленный на предупреждение попадания микробов в рану – это _____

11. Вы находитесь в лесу с друзьями. Неожиданно вы видите дым и языки пламени, которые лижут стволы и кроны деревьев. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?

12. Здание, в котором вы находитесь, начинает разрушаться в результате террористического акта. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?

ВАРИАНТ 4

Выберите правильный вариант ответа:

1. **Определите, какие из указанных подсистем входят в структуру Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций:**

а) территориальная, функциональная

б) федеральная, региональная

в) территориальная, межгосударственная

2. **Стихийное бедствие - это:**

а) обстановка на территории, сложившаяся в результате стихийного явления природного или техногенного характера (землетрясение, авария на предприятии и т.д.), при которой возможен значительный ущерб народному хозяйству, большому числу людей и природе;

б) повреждение машины, станка, установки, поточной линии, системы энергоснабжения, оборудования, транспортного средства, здания, сооружения;

в) опасные явления и процессы природного происхождения таких масштабов, при которых возникают катастрофические ситуации, характеризующиеся внезапным нарушением жизнедеятельности людей, разрушением и уничтожением материальных ценностей.

3. **Укажите поражающие факторы, характерные для пожара:**

а) открытый огонь, токсичные продукты горения, поражающие органы дыхания человека;

б) разрушение зданий и поражение людей за счет смещения поверхностных слоев земли;

в) интенсивное излучение гамма лучей, поражающее людей.

4. **Перелом – это:**

а) болезненные ощущения при повреждениях тканей в области суставов.

б) нарушение целостности костей

в) нарушение анатомической целостности и функций органов и тканей при воздействии факторов внешней среды.

5. **Кровоостанавливающий жгут накладывается сроком:**

а) зимой на 1 час, летом на 30 мин

б) зимой на 1 час, летом на 2 часа

в) зимой на 2 час, летом на 1 часа

6. **Признак эффективности реанимационных мероприятий:**

а) отсутствие пульсовой волны на сонной артерии;

б) зрачки широкие;

в) появление пульсовой волны на сонной артерии, сужение зрачков.

7. Установите соответствие:

1. **Аварии на предприятиях:**

1. Радиационно-опасный объект	а) объект, на котором хранят, перерабатывают, используют химические вещества, при аварии может сопровождаться выбросом или угрозой выброса химически-опасных веществ (ХОВ).
2. Химически-опасный объект	
3. Пожаро-и взрывоопасный объект	б) объект, на котором хранят, перерабатывают, используют или транспортируют радиоактивные вещества, при аварии может сопровождаться выбросом или угрозой выброса радиоактивных

веществ

в) объект, на котором производятся, хранятся, транспортируются взрывоопасные вещества и материалы, приобретающие при определенных условиях способность к возгоранию или взрыву;

Дополните:

8.Обстановка на территории, сложившаяся в результате стихийного явления природного или техногенного характера (землетрясение, авария на предприятии и т.д.), при которой возможен значительный ущерб народному хозяйству, большому числу людей и природе – это _____ _____

9. Острое нарушение кровообращения в головном и спинном мозге – это _____.

10. Неспецифическая физиологическая реакция организма, выражающаяся в состоянии напряжения – это _____

11. Вы находитесь дома один. Дверь вашей квартиры начинают взламывать неизвестные лица. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?

12. В районе вашего проживания активизировалась деятельность террористов, очень часто происходят взрывы самодельных устройств. По каким признакам вы способны обнаружить взрывное устройство?

ВАРИАНТ 5

Выберите правильный вариант ответа:

1. **Территориальные подсистемы Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) создаются:**

а) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в городах и районах;

б) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в субъектах РФ в пределах их территорий и
состоят из звеньев, соответствующих административно-территориальному делению этих территорий;

в) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций на промышленных объектах.

2. **Какие из перечисленных групп стихийных бедствий относятся к геологическим чрезвычайным ситуациям природного характера:**

а) землетрясения, вулканическая деятельность, оползни;

б) ураган, буря, смерч;

в) падение метеоритов, остатков комет.

3. **Радиационно-опасный объект – это:**

а) объект народного хозяйства, на котором производят, хранят или используют аварийно-химические опасные вещества;

б) территория, на которой в результате воздействия поражающих факторов ядерного взрыва возникли разрушения зданий и сооружений, пожары, заражение радиоактивными веществами, поражения людей и животных;

в) предприятие, на котором производятся, хранятся, транспортируются вещества и материалы, способные или приобретающие при определенных условиях способность к возгоранию или взрыву.

4. **Вам кажется, что кто-то идет за вами следом. Ваши действия:**

а) перейдете несколько раз улицу и, убедившись в своих подозрениях, побежите в людное место;

б) остановитесь и выясните причину преследования;

в) броситесь бежать к телефонной будке.

5. **На место ушиба в первую очередь необходимо:**

а) наложить согревающий компресс;

б) наложить давящую повязку;

в) наложить холод.

6. **Одно из мероприятий оказания первой помощи при термических ожогах:**

а) смазывают яичным белком;

б) интенсивно растирают и делают массаж;

в) наложить стерильную повязку на поврежденную поверхность.

<u>7. Установите соответствие:</u>

1. ***Факторы риска для здоровья:***

1. Утомление	а) патологическое состояние организма, развивающееся
2. Стресс	под влиянием отсутствия или недостатка двигательной активности;
3. Гиподинамия	б) состояние временного снижения работоспособности человека,
	которое развивается вследствие напряженной или длительной
	умственной либо физической деятельности и

сопровождающейся ощущением усталости;

в) неспецифическая физиологическая реакция организма, выражающаяся в состоянии напряжения.

Дополните:

8.Система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории РФ от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий – это _____ _____

9.Своевременное восстановление кровообращения и дыхания при помощи комплекса мероприятий – это _____

10. Быстрое создание неподвижности костей в области перелома – это _____

11. На вас напали в подъезде с целью ограбления или насилия. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?

13. Поступило сообщение об опасности наводнения в вашем городе. Ваш дом попадает в зону объявленного затопления. Ваши действия по соблюдению личной безопасности при угрозе и во время наводнения?

Ключ к контрольно-измерительному материалу

вариант 1	**вариант 2**	**вариант 3**	**вариант 4**	**вариант 5**
1 – б	1 – а	1 – в	1 – а	1 – б
2 – в	2 – в	2 – а	2 – в	2 – а
3 – б	3 – б	3 – а	3 – а	3 – б
4 – б	4 – в	4 – в	4 – б	4 – а
5 – в	5 – в	5 – б	5 – б	5 – в
6 – а	6 – б	6 – а	6 – в	6 – в
7 – 1б, 2г, 3а, 4в	7 – 1б, 2г, 3а, 4в	7 – 1б, 2в, 3а	7 – 1б, 2а, 3в	7 – 1б, 2в, 3а
8 – здоровый образ жизни	8 – здоровье	8 – наводнение	8 – чрезвычайная ситуация	8 – гражданская оборона
9 - кровотечение	9 – безопасность жизнедеятельности	9 - травма	9 – инсульт	9 - реанимация
10 - гепатит	10 - антисептика	10 - асептика	10 - стресс	10 –

				иммобилизация

Ответы на ситуационные задачи:

1 вариант

11. Не бороться с пламенем, не вызвав пожарных.

Сообщить соседям, при возможности эвакуировать детей и пожилых людей.

Спускаясь по лестничным маршам, пожарным лестницам, проходя по задымлённым участкам, задерживать дыхание, использовать для защиты органов дыхания влажный платок, полотенце: дым очень токсичен, а горячие газы могут обжечь лёгкие.

При сильной задымлённости плотно закрыть двери, чтобы не допустить дым в квартиры. Помнить, что огонь и дым распространяются снизу вверх.

При наличии в доме системы дымоудаления включить её. Узнать заранее, как и где она включается.

Если возможно, определить место горения (квартира, почтовые ящики, мусоропровод, лифт и т. д.) и что горит (электропроводка, мусор, бумага, легковоспламеняющиеся жидкости и т. д.).

Небольшой огонь постараться локализовать и потушить подручными средствами, не забывая о безопасности.

Если из горящей квартиры зовут на помощь, при необходимости ломать дверь.

Помнить: при эвакуации людей при пожаре пользоваться лифтом опасно!

Если в лифте застряли люди, связаться по телефону или через посыльного с диспетчерской РЭУ.

Вызвать полицию для наведения порядка и пресечения возможных попыток краж из оставленных жильцами квартир; попросить соседей присматривать за вещами, вынесенными жильцами на улицу.

Если воспользоваться лестницей из-за сильного задымления и огня невозможно, то лучше остаться в квартире. Закрытая и хорошо уплотнённая дверь надолго защитит вас от высокой температуры и дыма. Чтобы не отравиться продуктами горения, закрыть щели дверей и вентиляционные отверстия мокрыми одеялами, полотенцами и т. п. Если дым уже проник в вашу квартиру, держаться около пола: там есть свежий воздух. По прибытии пожарных подойти к окну, привлечь их внимание и попросить помощи. Укрыться от пожара можно также и на балконе (лоджии), закрыв при этом за собой балконную дверь, или в ванной комнате, поливая дверь изнутри водой.

В многоэтажных зданиях (более девяти этажей) предусмотрены специальные системы дымоудаления и пожарные лестницы, проходы, обеспечивающие безопасность при пожаре. Нельзя забивать наглухо, загромождать мебелью

эвакуационные люки на балконах (лоджиях), переходы в смежные секции и выходы на пожарные лестницы. Узнайте, где включается система дымоудаления.

Помнить:

опасно выпрыгивать из окна: начиная с четвёртого этажа каждый второй прыжок смертелен;

нельзя спускаться по водосточным трубам, использовать для эвакуации простыни и верёвки!

12. При первом толчке постараться немедленно покинуть здание в течение 15-20 с по лестнице или через окна первого этажа (лифтом пользоваться опасно).

Спускаясь вниз, на ходу стучать в двери соседних квартир, громко оповещая людей о необходимости покинуть здание.

Если пришлось остаться в квартире, встать в дверной проём или в углу комнаты (у капитальной стены), подальше от окон, светильников, шкафов, навесных полок и зеркал. Беречься от обрушения кусков штукатурки, стёкол, кирпичей и т. п., спрятаться под стол или кровать, отвернуться от окон и прикрыть руками голову, избегать выходить на балкон.

Как только прекратятся толчки, не паникуя, как можно скорее покинуть здание по лестнице, прижимаясь спиной к стене.

Если существует такая возможность, попытаться перед уходом выключить газ, воду, электроэнергию, захватить с собой дежурную аптечку, необходимые вещи. Закрыть дверь на ключ.

Помочь детям и престарелым покинуть здание (в случае необходимости взломать двери).

Оказать первую медицинскую помощь раненым, вызвать «скорую помощь».

Принять посильное участие в разборке завалов и извлечении пострадавших из-под обломков зданий, используя автотранспорт, ломы, лопаты, автомобильные домкраты и другие подручные средства.

Сообщить о наличии пострадавших в штаб по ликвидации последствий землетрясения (ближайшую пожарную часть, отделение полиции, воинскую часть и т. п.).

Соблюдать спокойствие и порядок, требовать этого и от других.

Вместе с соседями пресекать распространение панических слухов, случаи грабежа, мародёрства, нарушения законности; слушать сообщения по местному радио.

При разрушении вашего дома следовать на сборный пункт для получения медицинской и материальной помощи по середине улицы, обходя здания, столбы и линии электропередач.

2 вариант

11. Вызвать по телефону пожарную охрану, полицию, сообщить в диспетчерскую РЭУ.

Вместе с соседями постараться не дать огню перекинуться на деревянные постройки и автомобили.

Если владельцев автомобилей нет на месте, вместе с соседями откатить машины вручную на безопасное расстояние и поливать их для охлаждения водой, чтобы избежать взрыва баков с горючим.

Использовать для тушения поливальные шланги, вёдра с водой, песок, огнетушители.

Помнить: поливать водой горящий уголь и горючие жидкости неэффективно.

Освободить внутридворовые дороги для проезда пожарных машин, не допустить возникновения паники.

Попросить жителей закрыть окна и форточки, убрать бельё с балконов.

12. Природную воду (кроме родниковой воды из высокогорных чистых ручьёв) перед употреблением необходимо подвергать очистке. Вода рек, озёр часто непригодна для питья, так как может содержать болезнетворные микробы, ядохимикаты и другие токсичные вещества.

Если зачерпнуть воду из непроверенного источника, её следует кипятить не менее 30 мин. Не рекомендуется брать воду непосредственно из озера или болота.

На низком берегу в нескольких метрах от воды надо выкопать ямку, а когда она наполнится водой, аккуратно вычерпать воду. Повторив эту операцию два-три раза, можно получить из этой ямки очищенную воду, которую можно употреблять после кипячения.

Продезинфицировать воду можно марганцовкой, сделав бледно-розовый раствор и выдержав его в течение часа, можно использовать пятипроцентную спиртовую йодную настойку (две-три капли йода на 1 л воды, хорошо перемешать и дать отстояться в течение 1 ч).

Доступным источником воды в природе являются влагосодержащие растения, например, берёза, дающая берёзовый сок. Можно получить воду, если на ветку лиственного дерева надеть полиэтиленовый мешок, положив на его дно камешек и туго завязав мешок у основания. Через некоторое время на внутренней стороне плёнки появятся капли влаги, которые будут стекать на дно пакета.

Можно пить утреннюю росу, если научиться собирать её. Для этого надо с вечера положить кучку мелких камней (гальки) на брезент, и к утру на нём соберётся вода.

3 вариант

11. Почувствовав запах гари, постараться определить местонахождение очага возгорания.

Если нет явной опасности для вашей жизни, постараться затушить огонь: заливать его водой из ближайшего водоёма, засыпать землёй.

Использовать для тушения ветки деревьев лиственных пород или деревца длиной 1,5-2 м, мокрую одежду, плотную ткань. Наносить скользящие удары по кромке огня сбоку в сторону очага пожара, как бы сметая пламя; прижимать ветви при следующем ударе по этому же месту и, поворачивая, охлаждать их таким образом.

Затаптывать небольшой огонь ногами, не давать ему перекинуться на стволы и кроны деревьев.

При распространении огня по кронам деревьев валите не тронутые пожаром деревья на пути огня кроной от места пожара. (Собираясь в лес на отдых или в турпоход, обязательно взять с собой топор, складную лопату, ведро или большой пластиковый пакет.)

Потушив небольшой пожар, не уходить, пока нет точной уверенности, что огонь не разгорится снова.

При сильном огне и ветре быстро покинуть опасную зону, двигаться наискосок против ветра или поперечным курсом, чтобы не дышать дымом. Укрыть рот и нос мокрой тканью.

Сообщить в лесничество (администрацию сельского поселения, полицию или пожарную охрану) о месте пожара.

Если ваши неосторожные действия привели к возгоранию, приложить максимум усилий для тушения огня, иначе вас могут оштрафовать на большую сумму.

Если горит торфяное болото, не пытаться его тушить, обойти стороной. Двигаться против ветра так, чтобы дым не затруднял ориентирование. Внимательно осматривать и ощупывать путь перед собой шестом или палкой. Горячая земля и идущий из-под неё дым показывают, что пожар ушёл под землю. Торф выгорает изнутри, образуя пустоты, в которые можно провалиться, что приведёт к гибели.

12. Услышав взрыв или обнаружив, что здание разрушается, постараться как можно быстрее покинуть его, взяв документы, деньги и предметы первой необходимости.

Покидая помещение, спускаться по лестнице, а не в лифте, так как он в любой момент может выйти из строя.

Оказавшись на улице, не стоять вблизи зданий, а перейти на открытое пространство.

При нахождении в здании немедленно отключить воду, электричество и газ.

При невозможности покинуть здание занять самое безопасное место:

- проёмы капитальных внутренних стен;
- углы, образованные этими стенами, под балками каркаса.

Если возможно, спрятаться под стол – он защитит вас от падающих предметов и обломков.

Открыть дверь из квартиры, чтобы обеспечить себе выход в случае необходимости.

Не поддаваться панике и сохранять спокойствие.

Держаться подальше от окон, электроприборов.

Если возник пожар, сразу же попытаться потушить его.

Не выходить на балкон.

Не пользоваться спичками, потому что может существовать опасность утечки газа и произойти взрыв.

4 вариант

11. Вызвать полицию.

Постараться заблокировать дверь любыми подручными средствами (мебелью, книгами, одеждой и т. п.), чтобы выиграть время и задержать проникновение в квартиру злоумышленника. Стоять сбоку от двери на случай стрельбы.

Поднять тревогу – кричать через окно, балконную дверь (стучать любыми предметами в двери, стены, потолок, пол, батареи отопления, металлическую посуду; разбить оконное стекло любым тяжёлым предметом – стулом, вазой и т. п. – для привлечения внимания прохожих).

При прекращении попытки проникновения в квартиру не выходить из неё до прибытия полиции (соседей). Если удалось увидеть через окно выходящего из подъезда постороннего, запомнить его приметы, направление движения, номер машины и сообщить эти сведения сотрудникам полиции.

12. О том, что возникла опасность взрыва самодельного устройства, можно судить по следующим признакам:

неизвестная деталь в машине, подъезде, во дворе дома и т. д. (взрывное устройство может быть замаскировано в пивной банке, пачке сигарет, игрушке, бутылке, может находиться в обрезке трубы, молочном пакете, в любом свёртке или ящике);

остатки различных материалов, не типичных для данного места;

натянутая проволока или шнур;

из-под машины свисают провода или изоляционная лента;

свежие царапины и грязь на стёклах, дверях и других предметах;

незнакомый запах, например, суповой приправы (так пахнут некоторые виды взрывчатки);

участки свежевырытой или высохшей земли, которых раньше не было;

следы недавних ремонтных работ у вашей квартиры (краска, штукатурка и др.), о которых вы не знаете;

чужая сумка, портфель, коробка или другой предмет, оказавшиеся поблизости с вашим автомобилем, домом, квартирой.

Заметив подозрительную вещь, немедленно обратиться к работнику полиции или другому должностному лицу.

Не прикасаться к находке и не подпускать к ней других людей!

5 вариант

11. Желательно всегда иметь при себе карманную сирену, свисток, в вечернее время держать в руках карманный фонарик, связку ключей, зонтик и т. п. на случай обороны.

Выходя ненадолго из квартиры (к соседям, за почтой, выбросить мусор), закрывать за собой дверь на ключ, постараться не выходить на лестницу в позднее время (особенно девушкам) и в лёгкой домашней одежде.

При угрозе нападения поднять шум, привлечь внимание соседей, постараться выскочить на улицу.

При внезапном нападении защищаться любым способом, постараться ошеломить и остановить нападающего, выиграть время до прибытия помощи. Часто даже попытка активного сопротивления и шум заставляют злоумышленника прекратить нападение и отступиться.

После нападения, оказавшись в безопасности, немедленно сообщить в полицию и соседям о случившемся.

12. При заблаговременном оповещении об угрозе наводнения перед эвакуацией необходимо:

- отключить воду, газ и электричество;

- потушить горящие печи отопления;
- перенести на верхние этажи здания ценные предметы и вещи.

При получении сигнала об эвакуации следует взять с собой:

- необходимые документы, помещённые в непромокаемый пакет;
- деньги и ценности;
- медицинскую аптечку;
- комплект верхней одежды и обуви по сезону;
- постельное бельё и туалетные принадлежности;

трёхдневный запас продуктов питания.

3. Вопросы к дифференцированному зачету по дисциплине «Основы безопасности и защиты Родины»

1. Основные составляющие здорового образа жизни. Их характеристика.
2. Основные критерии, определяющие здоровье человека
3. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
4. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.
5. Первая медицинская помощь при травмах и ранениях.
6. Принципы оказания первой помощи.
7. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.
8. Личная безопасность и сохранение здоровья в быту.
9. Правила и меры пожарной безопасности в быту.
10. Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях.
11. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.
12. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.
13. ЧС техногенного характера, их классификация.
14. ЧС военного времени. Правила безопасного поведения.
15. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС.
16. Гражданская оборона -составная часть обороноспособности страны.
17. Ядерное оружие и его поражающие факторы.
18. Химическое оружие. Классификация отравляющих веществ.
19. Бактериологическое оружие и защита от него.
20. Индивидуальные средства защиты.
21. Коллективные средства защиты.
22. Терроризм -угроза обществу.
23. Вооруженные силы РФ -основа обороны государства.
24. Воинская обязанность и ее составляющие.
25. Военнослужащий -защитник своего Отечества.
26. Требования воинской деятельности к военнослужащим.
27. Военнослужащий -подчиненный, строго соблюдающий законы и воинские уставы.
28. Как стать офицером Российской армии.
29. Боевые традиции ВС РФ.

30. Символы воинской чести.
31. Ритуалы Вооруженных сил РФ.
32. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.
33. Инфекции, передаваемые половым путем и их профилактика.

Критерии оценивания:

Отлично - студент знает теорию и практику обеспечения безопасности жизнедеятельности в любых условиях ЧС, основ обороны государства, правила оказания первой медпомощи дидактические единицы дисциплины умеет на практике применять полученные знания, действует четко и уверенно владеет приемами и способами действий в любых условиях ЧС.

Хорошо - студент- недостаточно полно глубоко знает теорию и практику обеспечения безопасности жизнедеятельности, основы обороны государства, правила оказания первой медпомощи, дидактические единицы дисциплины- на практике неуверенно применяет полученные знания и умения, приемы и правила действий в ЧС.

Удовлетворительно - студент- частично знает теорию и практику обеспечения безопасности жизнедеятельности в ЧС, основы обороны государства, правила оказания медицинской помощи пострадавшим, дидактические единицы дисциплины- на практике применяет знания допуская, значительные ошибки

Неудовлетворительно - студент не знает теорию и практику обеспечения безопасности жизнедеятельности, основы обороны государства, правила оказания медпомощи, дидактические единицы дисциплины- не владеет умениями, приемами и способами действий в ЧС.

3.Рекомендуемая литература и иные источники

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений сред. проф. образования/Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко, Побежимова Е.Л. — М.: Издательский центр «Академия», 2022. -368 с.
2. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993).
3. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
4. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.
5. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.
6. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.

7. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.
8. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.
9. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.
10. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.
11. Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.
12. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.