Автономная некоммерческая профессиональная образовательная организация

**«УРАЛЬСКИЙ ПРОМЫШЛЕННО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»**

**Комплект контрольно-оценочных средств**

**по учебной дисциплине**

**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

*для специальностей среднего профессионального образования*

**Направление подготовки:** технический профиль

2019 г.

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы (ОПОП) СПО на базе основного общего образования при подготовке специалистов среднего звена

|  |  |
| --- | --- |
| ОДОБРЕНО цикловой комиссией ОГСЭ и ЕНПредседатель комиссии\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.Ю. Иванова подписьПротокол № 1от «25» августа 2015 г. | УТВЕРЖДАЮЗаместитель директора по учебной работе \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.Б. Чмель«28» августа 2015 г. |

Организация-разработчик: АН ПОО «Уральский промышленно-экономический техникум»

Разработчик: **Товкач А.С.**, преподаватель АН ПОО «Уральский промышленно-экономический техникум»

Техническая экспертиза комплекта контрольно-оценочных средств учебной дисциплины *«Основы безопасности жизнедеятельности»* пройдена.

Эксперт:

Методист АН ПОО «Уральский промышленно-экономический техникум»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.Ю. Иванова

1. **Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств**

Контрольно-оценочные средства (КОС) предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС, ППССЗ).

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

**2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке**

2.1. В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих результатов освоения содержания учебной дисциплины «ОБЖ»

|  |  |
| --- | --- |
| **Результаты обучения** | **Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**  |
| ***личностные*:** |  |
| −− развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних внутренних угроз; −− готовность к служению Отечеству, его защите;−− формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;−− исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.); −− воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности; −− освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; | Текущий контроль в форме:* оценки практических занятий;

– устного опроса* тестирования;
* отчёта по проделанной внеаудиторной самостоятельной работе
 |
| ***метапредметные*:** |  |
| −− овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;−− овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;−− формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;−− приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;−− развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;−− формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять раз-личные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;−− формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;−− развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;−− формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения* + - возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

−− развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;−− освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;−− приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;−− формирование установки на здоровый образ жизни;−− развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; | Текущий контроль в форме:* оценки практических занятий;

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

– устного опроса* тестирования;
* отчёта по проделанной внеаудиторной самостоятельной работе
 |

**3. Комплект контрольно-оценочных средств**

**3.1. Задания для оценки освоения учебной дисциплины**

**Критерии оценки:**

**«отлично»,** если студент показал глубокие и твердые знания программного материала, быстро принимает правильные решения, четко подает команды, безупречно владеет приемами работы на технике и уверенно выполняет установленные нормативы;

**«хорошо»,** если студент твердо знает программный материал, грамотно и без ошибок его излагает, правильно применяет полученные знания к решению практических задач, уверенно владеет приемами работы с материальной частью техники, имеет прочные навыки в выполнении установленных нормативов;

**«удовлетворительно»,** если студент имеет знания только основного материала, требует в отдельных случаях дополнительных (наводящих) вопросов для полного ответа, допускает неточности или неуверенно подает команды, неуверенно выполняет приемы при работе с материальной частью техники и нормативы

**«неудовлетворительно»,** если студент допускает грубые ошибки при ответе на поставленные вопросы, не может применить полученные знания на практике, имеет низкие навыки в работе на технике, не выполняет на оценку «удовлетворительно» установленные нормативы.

**3.1.1. Задание для оценки знаний (текущий контроль)**

**3.1.1.1 по разделу Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья.**

**Тест-задание**

**1. Вопрос: Что такое личная гигиена?**

а. Перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний.

б. Совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья.

в. Правила ухода за телом, кожей, зубами.

г. Выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний.

**2. Вопрос: Что такое здоровый образ жизни?**

а. Перечень мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья

б. Лечебно-физкультурный оздоровительный комплекс

в. Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья

г. Регулярные занятия физкультурой

**3. Вопрос: Что такое режим дня?**

а. Порядок выполнения повседневных дел

б. Установленных распорядок жизни человека, включающий в себя труд, питание, отдых и сон

в. Перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения

г. Строгое соблюдение определенных правил

**4. Вопрос: Что такое рациональное питание?**

а. Питание, распределенное по времени принятия пищи

б. Питание с учетом потребностей организма

в. Питание определенным набором продуктов питания

г. Питание с определенным соотношением питательных веществ

**5. Вопрос: Что такое закаливание?**

а. Повышение устойчивости организма к факторам среды, путем систематического их воздействия на организм.

б. Длительное пребывание на холоде, с целью привыкания к низким температурам

в. Перечень процедур для воздействия на организм холода

г. Купание в зимнее время

**6. Вопрос: Назовите основные двигательные качества?**

а. Умение играть в спортивные игры, бегать и выполнять гимнастические упражнения.

б. Количество движений в единицу времени, максимальная амплитуда движений, мышечная сила.

в. Гибкость, выносливость, скоростные и силовые качества.

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

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

а) Опорно-двигательный аппарат,

б) Легочная система,

в) Мозговая активность;

**8. Вопрос: Кто такой "Пассивный курильщик"?**

а) Человек, выкуривающий 1-2 сигареты в день,

б) Человек находящийся в помещении с курильщиком,

в) Человек, выкуривающий менее 2 сигарет в месяц,

г) Человек, выкуривающий более пачки в день;

**9. Вопрос: Спирт главным образом действует на?**

а) Опорно-двигательный аппарат,

б) Нервную систему,

в) Легочную систему,

г) Костную ткань;

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

а) Влияет, но незначительно,

б) Не влияет,

в) Влияет;

**11. Вопрос: Основными признаками наркомании и токсикомании являются?**

а) Психическая зависимость,

б) Физическая зависимость,

в) Хорошее настроение,

г) Изменение чувствительности к наркотику;

**12. Вопрос: Признаками наркотического отравления являются?**

а) Насморк,

б) Сужение зрачков,

в) Покраснение кожи,

г) Головокружение;

**13. Вопрос: Признаками алкогольного отравления являются?**

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

**3.1.1.2 по разделу Изучение Государственной системы обеспечения безопасности населения.**

**Тест-задание**

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

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

1. **Что такое чрезвычайная ситуация?**

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

1. **Чем характеризуется каждая ЧС?**

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

1. **Как подразделяются ЧС по характеру источника?**

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

1. **Что является основным источником ЧС природного характера?**

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

1. **Как различают (классифицируют) техногенные ЧС?**

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

1. **Как называется крупная авария, приведшая к человеческим жертвам?**

а) беда
б) авария
в) коллапс
г) катастрофа

1. **Что представляет собой транспортная авария?**

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

1. **Химическое оружие – это:**

а) оружие массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах некоторых химических веществ;

б) оружие массового поражения, действие которого основано на изменении состава воздушной среды в зоне заражения;

в) оружие массового поражения, действие которого основано на применении биологических средств.

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

а) в результате вдыхания заражённого воздуха, попадания ОВ в глаза, на кожу или при употреблении заражённой пищи и воды;

б) в результате их попадания на одежду, обувь и головные уборы;

в) в результате их попадания на средства защиты кожи и органов дыхания.

1. **Ядерное оружие – это:**

а) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землёй (под водой);

б) оружие массового поражения, основанное на использовании светового излучения за счёт возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, состоящего из ультрафиолетовых, видимых и инфракрасных лучей;

в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.

1. **Наибольшую опасность радиоактивные вещества представляют:**

а) в первые часы после выпадения;

б) в первые сутки после выпадения;

в) в течении трёх суток после выпадения.

1. **Поражающими факторами ядерного взрыва являются:**

а) избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва, заражённое отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра; изменение состояния атмосферного воздуха;

б) ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электромагнитный импульс;

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

**3.1.1.3 по разделу Основы обороны государства и воинская обязанность.**

**Тест-задание**

**1.Боевые традиции-это**…

 а. система межличностных отношений в воинских коллективах;

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

 г. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение уставные и неуставные взаимоотношения.

**2.Ордена-это…**

 а. почётные ведомственные награды за успехи в различной деятельности;

б. наградные государственные знаки за успехи на производстве;

 в. почётные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги.

 г. почётные награды министра обороны РФ за безупречное служение Родине.

**3.Воинская обязанность-это…**

 а. особый вид государственной службы, исполняемой гражданами в Вооружённых силах и других войсках;

б. установленный государством воинский долг по военной защите своей страны;

 в. установленный государством почётный долг граждан с оружием в руках защищать своё Отечество, нести службу в рядах, Вооружённых сил, проходить вневоинскую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности.

**4. Честь-это…**

 а. общественно-моральное достоинство, которое вызывает и поддерживает общие уважение, чувство гордости;

б. вежливое и достойное отношение к людям;

в. признанием общественным мнением и осознание самим человеком высокой социальной ценности выполняемого им долга.

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

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

**6. Какие государственные награды России и бывшего СССР сохранены в системе госнаград Российской Федерации?**

 а. орден Святого Георгия и знак отличия Георгиевский крест;

б. орден «За заслуги перед Отечеством»;

 в. военные ордена Суворова, Ушакова, Кутузова, Александра Невского, Нахимова;

 г. орден и медаль « За заслуги перед отечеством».

**7. На какие виды условно можно подразделить воинские ритуалы?**

 а. парадной деятельности;

б. боевой деятельности;

 в. учебно-боевой деятельности;

 г. повседневной деятельности;

 д. гарнизонной и караульной служб;

 е. боевой учёбы.

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

 а. моральная и материальная ответственность;

б. дисциплинарная ответственность в соответствии с законодательством РФ;

в. административная ответственность в соответствии с законодательством РФ;

 г. уголовная ответственность в соответствии с Уголовным кодексом РФ.

**9. Всеобщая воинская повинность была введена в Российской Империи?**

 а. 1705г.

б. 1783г.

 в. 1874г.

 г. 1894г.

**10. В настоящее время действуют Общевоинские уставы Вооруженных сил РФ, утвержденные 14 декабря 2007 года**

1. указом Президента РФ
2. указом Президента СССР
3. постановлением Правительства РФ
4. постановлением Верховного Совета СССР

**11.Старшинство военнослужащих определяется**

1. приказанием непосредственного начальника
2. приказанием прямого начальника
3. приказом
4. воинскими званиями

**12.Несение караульной службы является**

1. тактической задачей
2. боевой задачей
3. учебным сбором
4. патрульной операцией

**13. Граждане утрачивают статус военнослужащих**

1. с началом военной службы
2. с окончанием военной службы
3. со дня приема военной присяги
4. с момента вручения повестки о призыве на военную службу

**3.1.1.4 по разделу Основа медицинский знаний**

**Тест-задание**

**1) *Каковы основные признаки наружного кровотечения?***

1. медленное и тягучее кровотечение;
2. быстрое и пульсирующие кровотечение;
3. сильная боль в повреждённой части тела;
4. кровь ярко-красного цвета;
5. кровь темно-красного цвета.

**2) *Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?***

1. кровь спокойно вытекает из раны;
2. кровь фонтанирует из раны;
3. кровь ярко-красного цвета;
4. кровь тёмно-красного цвета;
5. слабость.

**3) *Каким образом наложить жгут при артериальном кровотечении?***

1. прижать пальцем артерию ниже кровотечения;
2. прижать пальцем артерию выше кровотечения, на 3-5 см выше раны наложить вокруг конечности чистую мягкую ткань;
3. плотно приложить жгут к конечности и сделать необходимое количество оборотов, а также прикрепить к жгуту записку с указанием даты и точного времени наложения;
4. доставить пострадавшего с наложенным жгутом в медицинское учреждение;
5. на 3-5см ниже раны наложить вокруг конечности чистую ткань.

**4) *Как правильно наложить давящую повязку?***

 а )обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой;

 б )обработать края раны вазелином или кремом;

в) прикрыть рану стерильной салфеткой, а на неё положить сложенный в несколько раз бинт;

г) наложить повязку.

**5) *Укажите признаки внутреннего кровотечения?***

1. порозовение кожи в области повреждения;
2. посинение кожи в области повреждения;
3. учащённый слабый пульс и частое дыхание;
4. кашель с кровянистыми выделениями;
5. повышение артериального давления;
6. чувство неутолимого голода.

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

1. промыть рану содовым раствором и обработать её спиртом;
2. промыть рану перекисью водорода (раствором марганцовки) и обработать её йодом;
3. смазать рану вазелином или кремом;
4. заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку.

**7) *Каким образом оказывается первая медицинская помощь при ушибах?***

1. наложением холода на место ушиба;
2. наложением тепла на место ушиба;
3. наложением на место ушиба тугой повязки и обеспечением повреждённому месту покоя.

**8)*В чём заключается оказание первой медицинской помощи при растяжениях?***

1. наложить на повреждённое место холод;
2. наложить на повреждённое место тепло;
3. наложить на повреждённое место тугую повязку и обеспечить ему покой;
4. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

**9)*Каким образом оказывается первая медицинская помощь при вывихах?***

1. обеспечить повреждённой конечности покой;
2. наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обильное питьё;
3. наложить тугую повязку и дать пострадавшему обезболивающие средство;
4. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

**10)*Какой должна быть первая медицинская помощь при открытых переломах?***

1. вправить вышедшие наружу кости;
2. остановить кровотечение и обработать края Раны антисептиком;
3. на рану в области перелома наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обезболивающие средство;
4. провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения.

**11)*Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?***

1. провести иммобилизацию места перелома;
2. устранить искривление конечности;
3. положить на место травмы холод и дать пострадавшему обезболивающее средство;
4. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

**12)*Какой должна быть первая медицинская помощь при подозрении на сотрясение головного мозга?***

1. надо обеспечить пострадавшему абсолютный покой;
2. на голову пострадавшему наложить тёплую грелку;
3. на голову пострадавшему положить холод;
4. вызвать врача.

**13)*Как оказать экстренную реанимационную помощь пострадавшему?***

1. положить пострадавшего на спину на твёрдую ровную поверхность;
2. положить пострадавшего на спину на мягкую ровную поверхность;
3. произвести прекардиальный удар в область грудины;
4. приступить к непрямому массажу сердца и проведению искусственной вентиляции лёгких, вызвать «скорую помощь».

**4. Контрольно-оценочные материалы для итоговой аттестации по учебной дисциплине**

Предметом оценки являются умения и знания. Контроль и оценка осуществляются с использованием следующих форм и методов: дифференцированный зачет в форме тестирования.

Оценка освоения дисциплины предусматривает использование накопительной системы оценивания.

I. ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЭКЗАМЕНУЮЩЕГОСЯ.

**Инструкция для обучающихся**

Внимательно прочитайте задание. Отметьте правильные ответы на вопросы теста.

Время выполнения задания – 1час

**Тест-задание**

**1. Вопрос: Что такое личная гигиена?**

а. Перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний.

б. Совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья.

в. Правила ухода за телом, кожей, зубами.

г. Выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний.

**2. Вопрос: Что такое здоровый образ жизни?**

а. Перечень мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья

б. Лечебно-физкультурный оздоровительный комплекс

в. Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья

г. Регулярные занятия физкультурой

**3. Вопрос: Что такое режим дня?**

а. Порядок выполнения повседневных дел

б. Установленных распорядок жизни человека, включающий в себя труд, питание, отдых и сон

в. Перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения

г. Строгое соблюдение определенных правил

**4. Вопрос: Что такое рациональное питание?**

а. Питание, распределенное по времени принятия пищи

б. Питание с учетом потребностей организма

в. Питание определенным набором продуктов питания

г. Питание с определенным соотношением питательных веществ

**5. Вопрос: Что такое закаливание?**

а. Повышение устойчивости организма к факторам среды, путем систематического их воздействия на организм.

б. Длительное пребывание на холоде, с целью привыкания к низким температурам

в. Перечень процедур для воздействия на организм холода

г. Купание в зимнее время

**6. Вопрос: Назовите основные двигательные качества?**

а. Умение играть в спортивные игры, бегать и выполнять гимнастические упражнения.

б. Количество движений в единицу времени, максимальная амплитуда движений, мышечная сила.

в. Гибкость, выносливость, скоростные и силовые качества.

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

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

а) Опорно-двигательный аппарат,

б) Легочная система,

в) Мозговая активность;

**8. Вопрос: Кто такой "Пассивный курильщик"?**

а) Человек, выкуривающий 1-2 сигареты в день,

б) Человек находящийся в помещении с курильщиком,

в) Человек, выкуривающий менее 2 сигарет в месяц,

г) Человек, выкуривающий более пачки в день;

**9. Вопрос: Спирт главным образом действует на?**

а) Опорно-двигательный аппарат,

б) Нервную систему,

в) Легочную систему,

г) Костную ткань;

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

а) Влияет, но незначительно,

б) Не влияет,

в) Влияет;

**11. Вопрос: Основными признаками наркомании и токсикомании являются?**

а) Психическая зависимость,

б) Физическая зависимость,

в) Хорошее настроение,

г) Изменение чувствительности к наркотику;

**12. Вопрос: Признаками наркотического отравления являются?**

а) Насморк,

б) Сужение зрачков,

в) Покраснение кожи,

г) Головокружение;

**13. Вопрос: Признаками алкогольного отравления являются?**

а) Головокружение,б) Возбуждение или депрессивное состояние,

в) Нарушение речи,

г) Ухудшение слуха,

д) Тошнота и рвота

**14. Как действовать по сигналу “Внимание всем!”?**

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

**15. Что такое чрезвычайная ситуация?**

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

1. **Чем характеризуется каждая ЧС?**

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

1. **Как подразделяются ЧС по характеру источника?**

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

1. **Что является основным источником ЧС природного характера?**

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

1. **Как различают (классифицируют) техногенные ЧС?**

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

1. **Как называется крупная авария, приведшая к человеческим жертвам?**

а) беда
б) авария
в) коллапс
г) катастрофа

1. **Что представляет собой транспортная авария?**

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

1. **Химическое оружие – это:**

а) оружие массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах некоторых химических веществ;

б) оружие массового поражения, действие которого основано на изменении состава воздушной среды в зоне заражения;

в) оружие массового поражения, действие которого основано на применении биологических средств

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

а) в результате вдыхания заражённого воздуха, попадания ОВ в глаза, на кожу или при употреблении заражённой пищи и воды;

б) в результате их попадания на одежду, обувь и головные уборы;

в) в результате их попадания на средства защиты кожи и органов дыхания.

1. **Ядерное оружие – это:**

а) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землёй (под водой);

б) оружие массового поражения, основанное на использовании светового излучения за счёт возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, состоящего из ультрафиолетовых, видимых и инфракрасных лучей;

в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.

1. **Наибольшую опасность радиоактивные вещества представляют:**

а) в первые часы после выпадения;

б) в первые сутки после выпадения;

в) в течении трёх суток после выпадения.

1. **Поражающими факторами ядерного взрыва являются:**

а) избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва, заражённое отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра; изменение состояния атмосферного воздуха;

б) ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электромагнитный импульс;

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

**27.Боевые традиции-это**…

 а. система межличностных отношений в воинских коллективах;

б. народные обычаи, перенесённые в сферу военных отношений;

 в. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с выполнением боевых задач и населением воинской службы;

 г. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение уставные и неуставные взаимоотношения.

**28.Ордена-это…**

 а. почётные ведомственные награды за успехи в различной деятельности;

б. наградные государственные знаки за успехи на производстве;

 в. почётные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги.

 г. почётные награды министра обороны РФ за безупречное служение Родине.

**29.Воинская обязанность-это…**

 а. особый вид государственной службы, исполняемой гражданами в Вооружённых силах и других войсках;

б. установленный государством воинский долг по военной защите своей страны;

 в. установленный государством почётный долг граждан с оружием в руках защищать своё Отечество, нести службу в рядах, Вооружённых сил, проходить вневоинскую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности.

**30. Честь-это…**

 а. общественно-моральное достоинство, которое вызывает и поддерживает общие уважение, чувство гордости;

б. вежливое и достойное отношение к людям;

в. признанием общественным мнением и осознание самим человеком высокой социальной ценности выполняемого им долга.

**31. Заключение по результатам освидетельствования категории «А» означает:**

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

**32. Какие государственные награды России и бывшего СССР сохранены в системе госнаград Российской Федерации?**

 а. орден Святого Георгия и знак отличия Георгиевский крест;

б. орден «За заслуги перед Отечеством»;

 в. военные ордена Суворова, Ушакова, Кутузова, Александра Невского, Нахимова;

 г. орден и медаль « За заслуги перед отечеством».

**33. На какие виды условно можно подразделить воинские ритуалы?**

 а. парадной деятельности;

б. боевой деятельности;

 в. учебно-боевой деятельности;

 г. повседневной деятельности;

 д. гарнизонной и караульной служб;

 е. боевой учёбы.

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

 а. моральная и материальная ответственность;

б. дисциплинарная ответственность в соответствии с законодательством РФ;

в. административная ответственность в соответствии с законодательством РФ;

 г. уголовная ответственность в соответствии с Уголовным кодексом РФ.

**35. Всеобщая воинская повинность была введена в Российской Империи?**

 а. 1705г.

б. 1783г.

 в. 1874г.

 г. 1894г.

**36. В настоящее время действуют Общевоинские уставы Вооруженных сил РФ, утвержденные 14 декабря 2007 года**

1. указом Президента РФ
2. указом Президента СССР
3. постановлением Правительства РФ
4. постановлением Верховного Совета СССР

**37.Старшинство военнослужащих определяется**

1. приказанием непосредственного начальника
2. приказанием прямого начальника
3. приказом
4. воинскими званиями

**38.Несение караульной службы является**

1. тактической задачей
2. боевой задачей
3. учебным сбором
4. патрульной операцией

**39. Граждане утрачивают статус военнослужащих**

1. с началом военной службы
2. с окончанием военной службы
3. со дня приема военной присяги
4. с момента вручения повестки о призыве на военную службу

**40.*Каковы основные признаки наружного кровотечения?***

1. медленное и тягучее кровотечение;
2. быстрое и пульсирующие кровотечение;
3. сильная боль в повреждённой части тела;
4. кровь ярко-красного цвета;
5. кровь темно-красного цвета.

**41.*Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?***

1. кровь спокойно вытекает из раны;
2. кровь фонтанирует из раны;
3. кровь ярко-красного цвета;
4. кровь тёмно-красного цвета;
5. слабость.

**42.*Каким образом наложить жгут при артериальном кровотечении?***

1. прижать пальцем артерию ниже кровотечения;
2. прижать пальцем артерию выше кровотечения, на 3-5 см выше раны наложить вокруг конечности чистую мягкую ткань;
3. плотно приложить жгут к конечности и сделать необходимое количество оборотов, а также прикрепить к жгуту записку с указанием даты и точного времени наложения;
4. доставить пострадавшего с наложенным жгутом в медицинское учреждение;
5. на 3-5см ниже раны наложить вокруг конечности чистую ткань.

**43.*Как правильно наложить давящую повязку?***

 а )обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой;

 б )обработать края раны вазелином или кремом;

в) прикрыть рану стерильной салфеткой, а на неё положить сложенный в несколько раз бинт;

г) наложить повязку.

**44.*Укажите признаки внутреннего кровотечения?***

1. порозовение кожи в области повреждения;
2. посинение кожи в области повреждения;
3. учащённый слабый пульс и частое дыхание;
4. кашель с кровянистыми выделениями;
5. повышение артериального давления;
6. чувство неутолимого голода.

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

1. промыть рану содовым раствором и обработать её спиртом;
2. промыть рану перекисью водорода (раствором марганцовки) и обработать её йодом;
3. смазать рану вазелином или кремом;
4. заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку.

**46.*Каким образом оказывается первая медицинская помощь при ушибах?***

1. наложением холода на место ушиба;
2. наложением тепла на место ушиба;
3. наложением на место ушиба тугой повязки и обеспечением повреждённому месту покоя.

**47. *В чём заключается оказание первой медицинской помощи при растяжениях?***

1. наложить на повреждённое место холод;
2. наложить на повреждённое место тепло;
3. наложить на повреждённое место тугую повязку и обеспечить ему покой;
4. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

**48. *Каким образом оказывается первая медицинская помощь при вывихах?***

1. обеспечить повреждённой конечности покой;
2. наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обильное питьё;
3. наложить тугую повязку и дать пострадавшему обезболивающие средство;
4. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

**49. *Какой должна быть первая медицинская помощь при открытых переломах?***

1. вправить вышедшие наружу кости;
2. остановить кровотечение и обработать края Раны антисептиком;
3. на рану в области перелома наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обезболивающие средство;
4. провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения.

**50. *Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?***

1. провести иммобилизацию места перелома;
2. устранить искривление конечности;
3. положить на место травмы холод и дать пострадавшему обезболивающее средство;
4. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

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

1. надо обеспечить пострадавшему абсолютный покой;
2. на голову пострадавшему наложить тёплую грелку;
3. на голову пострадавшему положить холод;
4. вызвать врача.

**52. *Как оказать экстренную реанимационную помощь пострадавшему?***

1. положить пострадавшего на спину на твёрдую ровную поверхность;
2. положить пострадавшего на спину на мягкую ровную поверхность;
3. произвести прекардиальный удар в область грудины;
4. приступить к непрямому массажу сердца и проведению искусственной вентиляции лёгких, вызвать «скорую помощь».

II. ПАКЕТ ЭКЗАМЕНАТОРА

II а. УСЛОВИЯ

**Количество вариантов задания для экзаменующегося** – 1.

**Время выполнения задания – 1 час.**

**Оборудование:** тест-задания.