Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Саткинский медицинский колледж»

Утверждаю:
Приказ № 167
Директор ГБПОУ
«Саткинский медицинский колледж»
_____ О.С. Галлямова
«16» июня 2023г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

учебной дисциплины

ООД 08 Основы безопасности жизнедеятельности

по специальности:

34.02.01 Сестринское дело

г. Сатка

2023-2026

Фонд оценочных средств учебной дисциплины разработан на основании: ФГОС СПО по специальности 34.02.01 Сестринское дело, рабочей программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», учебного плана ГБПОУ «Саткинский медицинский колледж»

Организация-разработчик ГБПОУ «Саткинский медицинский колледж»

Разработчик: Галимова Т.Ю. – преподаватель

Рассмотрена на заседании предметно-цикловой комиссии обязательных общеобразовательных, социально-гуманитарных и общепрофессиональных дисциплин.

Протокол № 11 от «16» июня 2023г.

Председатель ЦМК: _____ Р.Ф. Дмитренко

Утверждена:

Зам. директора по УР _____ А.Н. Гильмиярова

ГБПОУ «Саткинский медицинский колледж» УЧЕБНАЯ ЧАСТЬ

Оглавление

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА....4
1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ....4
2. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ ЭЛЕМЕНТОВУЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ....6
3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ТЕКУЩЕГОКОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ....7
4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ....8
4.1. Вопросы к дифференцированному зачету по дисциплине ОДБ.08 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ:....8
4.2. Задания к дифференцированному зачёту....10
5. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ДИФЗАЧЁТА....26
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:....27

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цель фонда оценочных средств. Оценочные средства предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины «ОДБ.08 Основы безопасности жизнедеятельности». Перечень видов оценочных средств соответствует Рабочей программе дисциплины.

Фонд оценочных средств включает контрольные материалы для проведения текущего контроля в форме тестовых заданий и промежуточной аттестации в форме тестовых заданий и практических заданий к дифференцированному зачету.

Структура и содержание заданий – задания разработаны в соответствии с рабочей программой дисциплины «ОДБ.08 Основы безопасности жизнедеятельности».

1.ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Результатом освоения учебной дисциплины ООД 08 «Основы безопасности жизнедеятельности» являются предусмотренные ФГОС по специальности умения и знания, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций.

Таблица 1

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК7 ПК 5.1. ПК 5.2 ПК 5.3 ЛР 1, ЛР 9, ЛР 10.	• самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и различных опасных и ЧС, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности; • предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников; грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации; оказывать первую помощь при неотложных состояниях; выполнять основные действия по строевой подготовке;	• основы государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз; понятие здоровье, основные принципы здорового образа жизни; факторы, пагубно влияющие на здоровье человека; • о распространенных опасных и ЧС природного, техногенного и социального характера; основные меры защиты (в том числе в области ГО) и правила поведения в условиях опасных и ЧС ситуаций; • основные правила безопасного поведения в повседневной жизни, а также правила личной безопасности при угрозе террористического акта; • основы обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан, права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой подготовки; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнение с военной службы, пребывание в запасе;

		• правила оказания первой помощи при неотложных состояниях, включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

2. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате текущей аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний.

Таблица 2

Раздел / тема учебной дисциплины	Проверяемые У, З, ОК, ПК	Форма текущего контроля и оценивания
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 7, ЛР1, ЛР9, ЛР 10.	КИМы по разделу 1 в форме тестовых заданий; Комплект практических заданий.
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	ОК 7, ЛР1, ЛР9, ЛР 10.	КИМы по разделу 2 в форме тестовых заданий; Комплект практических заданий
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 7, ЛР 1, ЛР 9, ЛР 10	КИМы по разделу 3 в форме тестовых заданий;
Раздел 4. Основы медицинских знаний	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 7, ПК 5.1-5.3. ;ЛР 1, ЛР 9, ЛР 10	КИМы по разделу 4 в форме тестовых заданий; Комплект практических заданий , ситуационные задачи
Раздел 5. Профессионально ориентированное содержание	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 7, ПК 5.1.-5.3., ЛР 1, ЛР 9, ЛР 10	КИМы по разделу 5 в форме тестовых заданий; Комплект практических заданий , ситуационные задачи

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

Оценка освоения дисциплины предусматривает проведение **ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГОЗАЧЕТА**

3.1. ВОПРОСЫ К ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОМУ ЗАЧЕТУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ОДБ.08 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ:

1. Дать определение понятиям «опасная зона», «опасная ситуация», «потенциальная опасность».

2. Дать определение понятиям «индивидуальный риск», «социальный риск», «приемлемый риск», «оправданный (неоправданный) риск».

3. Дать определение понятию «безопасность» и ее взаимосвязь с приемлемым риском.

4. Дать определение понятиям «биосфера» и «техносфера». Что такое «урбанизация»?

5. Что такое антропогенное воздействие на природу и экологическое равновесие Земли?

6. Дать определение понятию «чрезвычайная ситуация» (ЧС). Существующая классификация ЧС по природе возникновения и по масштабам распространения последствий.

7. Дать определение понятия «чрезвычайная ситуация». Назовите классификацию ЧС по причине возникновения и по скорости развития.

8. Дать определение понятия «чрезвычайная ситуация». Назовите классификацию ЧС по возможности предотвращения.

9. Назовите ЧС, которые относятся к природным, к техногенным

10. Назовите ЧС, которые относятся к экологическим, к биологическим

11. Объясните что такое социальные ЧС и антропогенные ЧС. Приведите примеры.

12. Охарактеризуйте локальные, объективны и местные чрезвычайные ситуации.

13. Охарактеризовать региональные, национальные и глобальные ЧС.

14. Перечислите и охарактеризуйте геологические ЧС природного происхождение.

15. Перечислите и охарактеризуйте метеорологические и гидрологические ЧС природного происхождения.

16. Перечислите виды природных ЧС и охарактеризуйте их.

17. Назовите биологические и косметические ЧС природного происхождения, дайте их краткую характеристику.

18. Перечислите ЧС техногенного происхождения и охарактеризуйте аварии на радиационно-опасных объектах (РОО) и на химически-опасных объектах (ХОО).

19. Перечислите ЧС техногенного происхождения и охарактеризуйте аварии на объектах коммунального хозяйства и на транспорте.

20. Перечислите ЧС техногенного происхождения и охарактеризуйте аварии гидротехнических сооружениях и на пожаро- и взрывоопасных объектах.

21. Перечислите ЧС социального происхождения и охарактеризуйте войны и военные конфликты. Приведите примеры.

22. Перечислите ЧС социального происхождения, дайте характеристику терроризма. Приведите примеры.

23. Что такое криминализация общества? Поясните понятие: шантаж, мошенничество, разбой, бандитизм.

24. Перечислите и охарактеризуйте ЧС социального характера «инфекционные болезни»

25. Дайте характеристику трем группам мероприятий защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.

26. Назовите министерство и руководителей Государственной системы предупреждений ликвидации стихийных бедствий и чрезвычайных ситуаций России (РСЧС). Определите назначение системы.

27. Перечислите региональные центры (РЦ) РСЧС, и охарактеризуйте три режима их функционирования.

28. Перечислите виды оружия массового поражения и кратко охарактеризуйте их.

29. Перечислите поражающие факторы ядерного оружия.. Охарактеризуйте ударную волну.

30. Перечислите поражающие факторы ядерного оружия (ЯО) и охарактеризуйте световое излучение.

31. Дайте характеристику проникающей радиации и ее последствий.

32. Дайте характеристику радиоактивного заражения, деление его на зоны. Раскройте воздействие радиоактивного заражения на человека.

33. Охарактеризуйте действия населения в случае применения ядерного оружия. Назовите коллективные и индивидуальные средства защиты.

34. Дайте характеристику химического оружия. Назовите отравляющие вещества нервно-паралитического действия и их воздействие на человека.

35. Назовите отравляющие вещества удушающего характера и их воздействие на организм.

36. Назовите отравляющие вещества общеядовитого и кожно-нарывного воздействие и их воздействие на организм.

37. Охарактеризуйте действия населения в случае объявления «химической тревоги» и в очаге химического заражения.

38. Назовите биологическое оружие и его поражающее действия. Назовите виды микроорганизмов, используемых в биологическом оружии.

39. Охарактеризуйте основные средства защиты населения от биологического оружия.

40. Раскройте вопросы защиты населения при радиоактивном и химическом заражении местности

41. Перечислите известные вам индивидуальные средства защиты органов дыхания (СИ ЗОД).

42. Раскройте принципы формирования ГО в РФ и режимы ее функционирования.

43. Назовите, кто осуществляет руководство ГО на различных уровнях её функционирования.

44. Назовите, что должно быть указано в положении о ГО объектах?

45. Что вы понимаете под устойчивостью работы экономического объекта (ОЭ)?

46. Раскройте два этапа исследования промышленных объектов,

47. Назовите мероприятия, способствующие повышению устойчивости работы промышленного (экономического) объекта

48. Какова роль Вооруженных Сил Российской Федерации (ВС РФ) в обеспечении национальной и военной безопасности страны?

49. Перечислите виды Вооруженных Сил РФ. Состав и назначение Ракетных Войск Стратегического Назначения (РВСН).

50. Раскройте первую медицинскую помощь при травмах и ранениях.

51. Назовите виды кровотечений и ПМП.при травмах и ранениях

52. Назовите виды переломов. Назовите переломы, наиболее опасные и безболезненные. Раскройте ПМП при различных переломах.

ТЕСТОВЫЕ ВОПРОСЫ К ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОМУ ЗАЧЕТУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ОДБ.08 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ:

дайте один правильный ответ

1. Из перечисленных ниже причин выберите те, которые являются причинами вынужденного автономного существования в природных условиях:

а) несвоевременная регистрация туристической группы перед выходом на маршрут, отсутствие средств связи;

б) потеря ориентировки на местности во время похода, авария транспортных средств, крупный лесной пожар;

в) потеря части продуктов питания, потеря компаса.

2. Готовясь к походу, вам необходимо правильно подобрать одежду. Каким нижеперечисленным требованиям она должна соответствовать:

а) одежда должна быть свободной, чистой и сухой, носиться в несколько слоев;

б) одежда должна быть из синтетических материалов;

в) одежда должна быть из однотонного или камуфлированного материала, чистой и сухой.

3. К преступлениям небольшой тяжести относятся:

а) неумышленные деяния, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголовным кодексом, не превышает одного года лишения свободы;

б) умышленные деяния, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголовным кодексом, не превышает трех лет лишения свободы;

в) умышленные и неумышленные деяния, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголовным кодексом, не превышает двух лет лишения свободы.

4. РСЧС создана с целью:

а) прогнозирования ЧС на территории РФ и организации проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ;

б) объединения усилий органов власти, организаций и предприятий, их сил и средств в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;

в) первоочередного жизнеобеспечения населения, пострадавшего в чрезвычайных ситуациях на территории Российской Федерации.

5. Ядерное оружие — это:

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

б) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании светового излучения за счет возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, включающей ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи;

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

6. От каких поражающих факторов оружия массового поражения защищает убежище:

а) от всех поражающих факторов ядерного взрыва;

б) от всех поражающих факторов ядерного взрыва, от химического и бактериологического оружия;

в) от химического и бактериологического оружия, а также радиоактивного заражения;

г) от ударной волны ядерного взрыва и обычных средств поражения.

7. В развитии инфекционного заболевания прослеживаются несколько последовательно сменяющихся периодов. Что это за периоды? Выберите правильный ответ:

а) начальный период, период инфицирования, опасный период, пассивный период, заключительный период;

б) пред-инкубационный период, острое развитие болезни, пассивный период, выздоровление;

в) скрытый (инкубационный) период, начало заболевания, активное проявление болезни, выздоровление.

8. Причинами переутомления являются:

а) продолжительный сон и продолжительный активный отдых;

б) неправильная организация труда и чрезмерная учебная нагрузка;

в) позднее пробуждение после сна, отказ от завтраков и прогулок.

9. Признаками алкогольного отравления являются:

а) головокружение, тошнота и рвота, уменьшение сердечных сокращений и понижение артериального давления, возбуждение или депрессивное состояние;

б) пожелтение кожи, ухудшение слуха, отсутствие реакции зрачков на свет, улучшение аппетита, снижение иммунитета;

в) отсутствие речи, повышение температуры тела и артериального давления.

10. Военно-Морской Флот — это:

а) вид вооруженных сил, который предназначен для нанесения ударов по промышленно-экономическим районам (центрам), важным военным объектам противника и разгрома его военно-морских сил;

б) род войск, обеспечивающий выполнение боевых задач по разгрому военно-морских сил противника;

в) вид войск, обеспечивающий решение стратегических и локальных боевых задач с применением специальной военной техники и вооружения.

11. Какая задача при подготовке и проведении туристского похода является главной:

а) обеспечение безопасности;

б) выполнение целей и задач похода;

в) полное прохождение маршрута.

12. В солнечный полдень тень указывает направление на:

а) восток;

б) юг;

в) запад;

г) север,

13. Каким должно быть место разведения костра:

а) место разведения костра должно быть не далее 10 метров от водного источника;

б) место разведения костра необходимо очистить от травы, листьев, неглубокого снега;

в) в ненастную погоду надо разводить костер под деревом, крона которого должна превышать основание костра на 6 метров.

14. Каким из нижеперечисленных правил вы воспользуетесь, возвращаясь вечером домой:

а) идти по освещенному тротуару и как можно ближе к краю дороги;

б) идти кратчайшим путем, пролегающим через дворы, свалки и плохо освещенные места;

в) воспользуетесь попутным транспортом.

15. Введение гражданской обороны на территории Российской Федерации или в отдельных ее местностях начинается:

а) с началом объявления о мобилизации взрослого населения;

б) с момента объявления или введения Президентом Российской Федерации чрезвычайного положения на территории Российской Федерации или в отдельных ее местностях;

в) с момента объявления состояния войны, фактического начала военных действий или введения Президентом Российской Федерации военного положения на территории Российской Федерации или в отдельных ее местностях.

16. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:

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

б) избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва, облако, зараженное отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра, изменение состава атмосферного воздуха;

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

17. Бактериологическое оружие — это:

а) специальные боеприпасы и боевые приборы, снаряжаемые биологическими средствами, предназначенными для массового поражения живой силы, сельскохозяйственных животных и посевов сельскохозяйственных культур;

б) специальное оружие, применяемое для массового поражения сельскохозяйственных животных и источников воды;

в) оружие массового поражения людей на определенной территории.

18. Пассивный курильщик — это человек:

а) находящийся в одном помещении с курильщиком;

б) выкуривающий до двух сигарет в день;

в) выкуривающий одну сигарету натощак.

19. К видам Вооруженных Сил Российской Федерации относятся:

а) Ракетные войска стратегического назначения, Сухопутные войска, Военно-Воздушные Силы, Военно-Морской Флот;

б) Сухопутные войска, воздушно-десантные войска, танковые войска, мотострелковые войска;

в) Ракетные войска стратегического назначения, артиллерийские войска, войска противовоздушной обороны, мотострелковые войска.

20. Воздушно-десантные войска — это:

а) вид вооруженных сил, предназначенный для боевых действий в тылу противника;

б) род войска, предназначенный для боевых действий в тылу противника;

в) вид войск, обеспечивающий выполнение боевых задач на территории, занятой противником, с применением специальной военной техники.

21. Под воинской обязанностью понимается:

а) прохождение военной службы в мирное и военное время, самостоятельная подготовка к службе в Вооруженных Силах;

б) установленный законом почетный долг граждан с оружием в руках защищать свое Отечество, нести службу в рядах Вооруженных Сил, проходить вне-войсковую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности;

в) долг граждан нести службу в Вооруженных Силах только в период военного положения и в военное время.

22. Комиссия по постановке граждан на воинский учет утверждается главой органа местного самоуправления (местной администрации) в следующем составе:

а) военный комиссар района (города) либо заместитель военного комиссара, специалист по профессиональному психологическому отбору, секретарь комиссии, врачи-специалисты;

б) представитель командования военного округа, представитель органа местного самоуправления, врачи-специалисты;

в) военный комиссар района (города), руководитель (заместитель руководителя) органа внутренних дел, секретарь комиссии, врачи (хирург, терапевт, невропатолог);

23. Заключение по результатам освидетельствования категории «Б» означает:

а) годен к военной службе с незначительными ограничениями;

б) временно не годен *к* военной службе;

в) ограниченно годен к военной службе.

24. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации предназначен:

а) для развертывания в военное время народного ополчения;

б) для создания резерва дефицитных военных специалистов;

в) для развертывания армии при мобилизации и ее пополнения во время войны.

25. В связи с выполнением обязанностей военной службы гражданам предоставляются определенные преимущества, которые называются льготами. Это льготы:

а) по налогам и сборам, жилищные льготы, льготы по отдельным вопросам брачно-семейного законодательства, льготы в области здравоохранения, в области образования, по перевозкам, льготы за службу в отдаленных местностях, за выполнение задач при вооруженных конфликтах;

б) по налогам и сборам, жилищные льготы, льготы в области здравоохранения, в области образования и культуры, по перевозкам, за службу в отдаленных местностях, за выполнение задач при вооруженных конфликтах;

в) за службу в отдаленных местностях, льготы за выполнение задач при вооруженных конфликтах, в области здравоохранения, в области образования и культуры, жилищные льготы, льготы по налогам, в области материальной и уголовной ответственности, по перевозкам.

26. Общие правила и обязанности военнослужащих, взаимоотношения между ними, обязанности основных должностных лиц полка и его подразделений, а также правила внутреннего распорядка определяет:

а) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации;

б) Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации;

в) Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации.

27. Из приведенных ниже ответов определите, кто освобождается от призыва на военную службу:

а) имеющие ребенка, воспитываемого без матери, имеющие двух или более детей, имеющие ребенка в возрасте до 3 лет, мать которых, кроме них, имеет двух и более детей в возрасте до 8 лет или инвалида с детства и воспитывает их без мужа (жены);

б) признанные не годными или ограниченно годными к военной службе по состоянию здоровья, проходящие или прошедшие военную или альтернативную гражданскую службу в Российской Федерации, прошедшие военную службу в другом государстве, имеющие ученую степень кандидата или доктора наук;

в) граждане, достигшие возраста 18 лет и не состоящие на воинском учете, не прошедшие медицинское освидетельствование в полном объеме и в установленные сроки, граждане, временно пребывающие за границей.

28. Окончанием военной службы считается день:

а) в который истек срок военной службы;

б)подписания приказа об увольнении с военной службы;

в) передачи личного оружия другому военнослужащему.

29. Какую ответственность несут военнослужащие за проступки, связанные с нарушением воинской дисциплины, норм морали и воинской чести:

а) административную;

б) уголовную;

в) дисциплинарную.

30. В качестве знака, обозначающего желание воюющей стороны эвакуировать раненых и потерпевших кораблекрушение, а также гражданских лиц из зоны боевых действий используется знак:

а) белый квадрат *с* красной полосой;

б) синий равносторонний треугольник на оранжевом фоне;

в) белый флаг;

г) красный крест или красный полумесяц на белом фоне.

31. Военная служба исполняется гражданами:

а) только в Вооруженных Силах Российской Федерации;

б) в Вооруженных Силах Российской Федерации, пограничных войсках Федеральной пограничной службы Российской Федерация и войсках гражданской обороны;

в) в Вооруженных Силах Российской Федерации, других войсках, органах и формированиях.

32. Уклонившимся от исполнения воинской обязанности считается гражданин:

а) не явившийся по вызову военного комиссариата в указанный срок без уважительной причины;

б) явившийся по вызову военного комиссариата без необходимых документов;

в) не явившийся по вызову военного комиссариата в указанный срок, даже имея уважительную причину.

33. Заключение по результатам освидетельствования категории «Г» означает:

а) не годен к военной службе;

б) временно не годен к военной службе;

в) годен к военной службе с незначительными ограничениями.

34. Граждане, состоящие в запасе, могут призываться на военные сборы продолжительностью:

а) до одного месяца, но не чаще одного раза в пять лет;

б) до двух месяцев, но не чаще одного раза в три года;

в) до трех месяцев, но не чаще одного раза в четыре года.

35. Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации подразделяются на:

а) уставы родов войск и строевые;

б) тактические, стрелковые и общевоинские;

в) боевые и общевоинские.

36. Какой устав определяет предназначение, поря! док организации и несения гарнизонной и карауль! ной служб, права и обязанности должностных лил гарнизона и военнослужащих, несущих эти службы! а также регламентирует проведение гарнизонных мероприятий с участием войск:

а) Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации;

б) Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации;

в) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации.

37. Из приведенных ниже ответов определите, ко-1 му предоставляется отсрочка от призыва на военную службу:

а) отбывающим наказание в виде обязательных или исправительных работ, находящимся под арес- том или осужденным, находящимся в местах лишения свободы, имеющим неснятую или непогашен- ную судимость за совершение преступления, в отношении которых ведется следствие или уголовное дело передано в суд;

б) временно не годным к военной службе по состоянию здоровья, постоянно работающим в сельской местности врачам — на время этой работы, получающим послевузовское образование и постоянно работающим на педагогических должностях в сельской местности — на время этой работы;

в) прошедшим альтернативную службу в РФ, имеющим детей в возрасте от 3 до 18 лет, проходящим государственную службу в органах местного самоуправления.

38. Каким законодательным актом установлена система воинских званий для всех составов военнослужащих:

а) Законом Российской Федерации «О безопасности»;

б) Федеральным законом Российской Федерации «О статусе военнослужащих»;

в) Федеральным законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе».

39. На военнослужащего, совершившего дисциплинарное правонарушение, могут налагаться только те дисциплинарные взыскания, которые определены:

а) в Дисциплинарном уставе Вооруженных Сил Российской Федерации;

б) в Уголовном кодексе Российской Федерации;

в) в Гражданском кодексе Российской Федерации.

40. По служебному положению и воинскому званию военносл. могут быть:

а) начальниками и подчинёнными;

б) командирами и солдатами;

в) срочной и контрактной службы.

1. При каком виде ядерного взрыва отсутствует световое излучение как поражающий фактор:

а) высотном

б) наземном

в) воздушном

г) подземном

2. Оптимальным сроком оказания 1 медицинской помощи при ЧС является:

а) 30 мин

б) 1 час

в) 2 часа

г) 6 часов

43. Территория, подвергшаяся заражению радиоактивными осадками называется:

а) радиоактивное заражение;
б) очаг радиоактивного заражения;
в) зона радиоактивного заражения.

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

а) ПРУ
б) убежище
в) укрытие

45. Удаление радиоактивных веществ с заражённых поверхностей называется:

а) дезактивация
б) дератизация
в) дегазация

46. Кратковременное электромагнитное поле, выводящее из строя радиоэлектронные приборы:

а) современное средство поражения
б) ударная волна
в) электро- магнитный импульс

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

а) очаг химического поражения
б) зона заражения
в) химический сектор

48. Оружие, основанное на болезнетворных свойствах микроорганизмов:

а) биологическое
б) массовое
в) ядерное

49. Стихийные бедствия бывают: геологические, метеорологические, гидрологические. Расставьте в этом порядке перечисленные ниже бедствия: 1- наводнения, сели, лавины; 2- извержения, землетрясения; 3- смерч, ураган, снегопад.

а) 1, 2, 3
б) 2, 3, 1
в) 3, 1, 2

50. Какие помещения можно приспособить под ПРУ: 1- подвалы, 2- погреба, 3- лестничные клетки, 4- помещения первого этажа, 5- шахту лифта

а) все
б) 1, 2, 4
в) 1, 5

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

а) воздушная тревога
б) внимание всем
в) ЧС

52. Обезвреживание и удаление ОВ, бактериальных средств и радиоактивных веществ с СИЗ, кожи и одежды:
а) дезинфекция
б) чистка
в) санитарная обработка

53. От каких ОВ не защищают противогазы:
а) угарного газа
б) нервнопаралитических
в) удушающих
г) слезоточивого

54. Режимы функционирования РСЧС:
а) режим повседневной деятельности, режим повышенной готовности, режим ЧС
б) режим планирования, режим повышенной готовности, режим ЧС
в) режим повседневной деятельности , режим наблюдения, режим чрезвычайной готовности
г) режим повседневной деятельности, режим повышенной готовности, режим дня

55. Какой поражающий фактор не оказывает на человека непосредственное воздействие:
а) световое излучение
б) электромагнитный импульс
в) ударная волна
г) радиоактивное заражение

56. Оказавшись в зоне химического заражения вы почувствовали запах горького миндаля. Какое это ОВ:
а) иприт
б) ви-Х (VX)
в) синильная кислота
г) фосген

Ситуационные задачи

1. Ситуационная задача. Одинокая мать старшего сержанта С, который проходит службу по призыву, тяжело заболела *ж* стала инвалидом второй группы. Кроме сына, близких родственников у нее нет. Имеет ли старший сержант С. право на досрочное увольнение с военной службы?

Ответ*:* да, имеет. У сержанта С. возникло обстоятельство, которое, не будь он призван, дает право на отсрочку от призыва на военную службу. Поскольку он проходит военную службу, это обстоятельство дает ему право на досрочное увольнение с военной службы.

2. Ситуационная задача. Рядовой П. за угон автомобиля и нанесение тяжкого вреда здоровью пешеходу, которого он сбил, управляя угнанным автомобилем, осужден и приговорен к лишению свободы сроком на четыре года. До вынесения решения суда П. находился под следствием и с 4 августа 2006 г. содержался на гарнизонной гауптвахте г. Рязани. Приговор был вынесен 5 апреля 2007 г. Имеет ли командир части, в которой проходил службу П., право уволить его, а если имеет, то с какой даты?

Ответ*:* да, имеет. Военнослужащий подлежит увольнению с военной службы, в связи с вступлением в законную силу приговора суда о назначении военнослужащему наказания в виде лишения свободы с даты вынесения приговора, 5 апреля 2007 г.

3.Ситуационная задача. Профессору кафедры военной истории Военного университета полковнику И. продлевали службу после достижения им предельного возраста. Общий срок продления составил 10 лет. На момент подписания приказа по Военному университету полковнику И. исполнилось 60 лет. К запасу какого разряда будет причислен полковник И.?

Ответ*:* поскольку полковнику И. на момент увольнения исполнилось 60 лет, а запас третьего разряда для полковников — до 60 лет, он будет уволеи сразу в отставку.

4. Ситуационная задача. Старший лейтенант медицинской службы запаса Станислава Ч. получила повестку из военного комиссариата о призыве на военные сборы. Насколько законно это решение военного комиссариата?

Ответ:оно незаконно, т.к. военнослужащие запаса женского пола на военные сборы не призываются.

5. Ситуационная задача. Рядовой М. до призыва на военную службу посещал военно-патриотический клуб и готовил себя к военной службе. Имеет группу годности по состоянию здоровья «А». Занимаясь различными видами спорта, добился первого разряда по акробатике и борьбе «самбо», совершил 8 прыжков с парашютом, имеет устойчивые навыки ориентирования и автономного существования на природе. Характер ровный, сообразителен и смекалист. Какой группе военно-учетных специальностей соответствуют качества рядового М.?

Ответ: Гражданин, овладевший сложной военно- учётной специальностью, при призыве на военную службу вправе выбрать вид и род войск Вооружённых сил Российской Федерации, с учётом реальной потребности в таких специалистах

6. Ситуационная задача.

Вы работали на даче и при корчевании старой яблони сильно повредили предплечье измазанным в земле топором. Рана глубокая и длинная, открылось обильное кровотечение. На даче только больная бабушка. Ваши действия?

Ответ*:* первое — промываю рану раствором перекиси водорода, обрабатываю края раны «йодным фломастером», прикладываю к ране гомеос-татическую салфетку, поверх салфетки накладываю давящую повязку. После этого фиксирую поврежденную руку на весу при помощи косынки и отправляюсь в ближайшее медицинское учреждение для того, чтобы мне ввели противостолбнячную сыворотку и при необходимости наложили на рану шов.

7. Ситуационная задача.

Вы оказались на месте аварии и увидели следующую картину: у одного из пострадавших из раны на внутренней стороне бедра толчками вытекает кровь. Что с пострадавшим и что нужно делать?

Ответ*:* вероятнее всего, у пострадавшего повреждена бедренная артерия. Рапа смертельно опасна, т.к. за 2—3 минуты пострадавший может получить невосполнимую кровопотерю. Необходимо вызвать «скорую помощь» (один участник), наложить жгут (второй участник) выше раны через плотный предмет — кусок мыла, плотно свернутую ткань, мягкую спортивную туфлю (кроссовку), обломок дерева. Твердые предметы, подкладываемые под жгут, необходимо обернуть в 2—3 слоя тканью. После этого написать на одежде, теле или листке бумаги время наложения жгута и дождаться приезда «скорой помощи».

8. Ситуационная задача. Во время прогулки в пригородном лесу ваш товарищ вывихнул запястье. Как вы это определили, и что нужно делать?

Ответ: характерный признак вывиха — смещение сустава, его неестественное положение. По этим признакам вывих отличают от растяжения связок и перелома. После этого развивается отек. Необходимо зафиксировать запястье повязкой, иммобилизовать

руку при помощи косынки, срочно сопроводить пострадавшего в ближайшее медицинское учреждение.

9. Ситуационная задача

Определите, приступ какого заболевания случился (больным, если наблюдается следующая картина: потерн способности двигать правой рукой, потеря зрения на правый глаз, затруднения с речью, сильная головная боль, потеря равновесия. Какую первую помощь в этом случае необходимо оказать больному?

Ответ: по симптомам − это инсульт. Первая помощь — вызвать «скорую помощь», обеспечить покой, свежий воздух, уложить больного на высокие подушки, так чтобы верхняя часть туловища была поднята под углом в 30°, теплая ножная ванна.

10. Ситуационная задача.

Ваш сосед позвонил к вам в квартиру и пожаловался на острую загрудинную боль, общую слабость и сильное чувство страха. Пульс у него неровный, слабой наполняемости. Вы предложили соседу пойти прилечь и принять валидол. Все ли вы сделали правильно?

Ответ*:* нет. У вашего соседа, вероятнее всего, инфаркт миокарда. Вам необходимо срочно вызвать скорую помощь, уложить больного, обеспечить покой, постараться его успокоить.

11. Ситуационная задача.

В районе Вашего проживания произошла авария на химически опасном объекте с выбросом в атмосферу аварийно химически опасного вещества (аммиака) (АХОВ). Ваши действия.

Ответ: Действия в случае аварии на химически опасном объекте:

включить радио (телевизор) и выслушать сообщение;

надеть средства защиты органов дыхания и кожи;

закрыть окна и форточки; отключить газ, воду, электричество, погасить огонь в печи; взять документы, необходимые вещи и продукты;

укрыться в ближайшем убежище или покинуть район аварии.

При отсутствии средств защиты и убежища: закрыть окна и двери; зашторить входные двери плотной тканью; провести герметизацию жилища; держать включенным радио (телевизор) я ждать указаний.

12. Ситуационная задача.

Во время прогулки в лесу в пожароопасный период (сухая погода и ветер) вы уловили запах дыма и определили, что попали в зону лесного пожара. Ваши действия.

Ответ: Попав в зону лесного пожара, следует:

определить направление ветра и распространения огня; быстро выходить из зоны пожара навстречу ветру по возможности параллельно фронту распространения огня; идти, пригибаясь к земле и не стараясь обогнать пожар;

если поблизости есть водоем, окунуться в него или, смочив одежду, накрыть ею голову и верхнюю часть тела; выйдя из опасной зоны, сообщить о пожаре в пожарную охрану.

13. Ситуационная задача.

По системе оповещения РСЧС получен сигнал о приближении урагана. Ваши действия при угрозе и во время урагана.

Ответ: Получив информацию об угрозе урагана, необходимо:

закрыть окна, двери, чердачные люки и вентиляционные отверстия с наветренной стороны зданий и открыть — с подветренной; подготовить запас продуктов питания, питьевой воды, фонари, свечи, медикаменты и другое необходимое имущество;

укрыться в зданиях или укрытиях (при смерче — только в подвальных помещениях и подземных сооружениях); в зданиях следует занять места в нишах, у стен, во встроенных шкафах;

находясь на улице, следует укрыться в яме, овраге, канаве, кювете, которые находятся в отдалении от зданий и сооружений;

находясь в транспорте, следует покинуть его и укрыться в безопасном месте (кювет, подвал, убежище);

во время урагана и смерча нельзя заходить в поврежденные здания.

Если во время урагана вы оказались в здании, необходимо отойти от окон и занять безопасное место (ниша, дверной проем, угол, образованный капитальными стенами). Дождавшись снижения порывов ветра, перейти в более надежное укрытие (убежище, подвал, погреб).

14. Ситуационная задача.

Поступило сообщение об опасности наводнения в Вашем городе. Ваш дом попадает в зону объявленного затопления. Ваши действия при угрозе и во время наводнения.

Ответ: При получении указаний об угрозе наводнения и эвакуации следует собрать необходимые документы и вещи (продукты питания, туалетные принадлежности, постельное белье, одежду, обувь, медикаменты), прибыть к установленному времени на эвакуационный пункт, зарегистрироваться и убыть в безопасный район.

При внезапном наводнении необходимо быстро занять безопасное возвышенное место (крыша, верхние этажи, деревья, различные конструкции) и ожидать помощи спасателей, подавая ночью световые сигналы, а днем — вывесив цветное или белое полотнище.

Самостоятельная эвакуация проводится только в крайнем случае, когда есть реальная угроза жизни и нет надежды на спасателей. Для самоэвакуации можно применять лодки, катера, плоты из досок, бревен и других материалов.

15. Ситуационная задача.

Ваши действия при заблаговременном оповещении о землетрясении и при внезапном землетрясении, если оно застало Вас дома.

Ответ: При заблаговременном оповещении о землетрясении следует:

включить телевизор (радио) и выслушать сообщение;

закрепить мебель, тяжелые вещи переместить на пол;

отключить газ, воду, электричество, погасить огонь в печах;

взять документы, необходимые вещи и следовать в указанное место.

Практика показывает, что при внезапном землетрясении от первых толчков до последующих, более сильных, когда начнет разрушаться здание, есть 15—20 с. За это время нужно или покинуть здание, или занять в нем относительно безопасное место.

Покидая здание, не следует пользоваться лифтом, нельзя эвакуироваться из окон, не разбив перед этим остекление.

При укрытии в здании наиболее безопасными местами являются: дверные проемы, места у колонн и под балками каркаса, ниши в капитальных внутренних стенах, углы, образованные этими стенами, а также места под прочными столами и рядом с кроватями.

16. Ситуационная задача.

Во время похода в лес за грибами или ягодами Вы отстали от группы и заблудились. Ваши действия.

Ответ: Если во время похода за грибами или ягодами вы отстали от группы, следует: попытаться догнать группу; попытаться привлечь внимание товарищей криками; остановиться и ждать, когда за вами вернутся;

при необходимости (травме, плохом самочувствии, ухудшении погоды) развести костер и построить временное жилище.

Заблудившись в лесу, следует остановиться и оценить ситуацию. Прислушаться к звукам, осмотреться вокруг (по возможности с возвышенного места), искать дорогу, тропу, ручей или реку. Найдя их, следует определить направление выхода и двигаться в этом направлении.

17. Ситуационная задача.

Во время отдыха на природе Вы решили искупаться в незнакомом водоеме. Ваши действия по обеспечению личной безопасности во время купания.

Ответ: При купании в открытых водоемах в целях безопасности запрещается: купаться в местах, где установлены щиты с надписью «Купаться запрещено»; заплывать за буйки; подплывать к судам, лодкам, плотам и другим плавсредствам; нырять и прыгать в воду в незнакомых местах, а также с лодок, катеров, причалов и других сооружений, не приспособленных для этих целей; купаться в нетрезвом виде; устраивать на воде игры, связанные с ныряниеи и захватом друг друга; плавать на досках, лежаках, бревнах, надувных матрасах и камерах; подавать крики ложной тревоги; приводить с собой собак и других животных.

Необходимо уметь не только плавать, но и отдыхать на воде. Наиболее известны следующие способы отдыха:

лечь на воду спиной, расправив руки и ноги, расслабиться и, помогая себе удержаться в таком положении, сделать вдох, а затем после паузы — медленный выдох;

вдохнуть, опустить лицо в воду, обхватить колени руками и прижать их к телу, медленно выдохнуть в воду, а затем сделать быстрый вдох над водой.

Если во время купания свело ногу, надо позвать на помощь, затем погрузиться с головой в воду, сильно потянуть ногу на себя за большой палец, а затем распрямить ее.

18. Ситуационная задача.

Во время отдыха на природе Вас застала гроза. Ваши действия.

Ответ: Если во время отдыха на природе вас застала гроза, следует:

отойти подальше от высоких предметов (отдельно стоящих деревьев, вышек, опор); находясь на возвышении (холм, сопка, скала), спуститься вниз;

не укрываться в камнях и скалах; постараться разместиться на сухом месте (колода, пень) и убрать ноги с земли; отойти подальше от воды (река, озеро, пруд); можно укрыться в машине (ее металлический корпус защитит вас).

19. Ситуационная задача.

Во время прогулки по улице на Вас напала собака. Ваши действия.

Ответ: В случае нападения собаки следует:

развернуться к собаке боком и громко отдать несколько команд («Фу!», «Нельзя!», «Сидеть!», «Лежать!»);

не делая резких движений, позвать хозяина (если он находится недалеко);

если рядом никого нет, медленно уходить от собаки, не ускоряя движение.

Нельзя кричать, махать руками, бросать палки и камни, смотреть собаке в глаза. Если собака готовится к прыжку (приседает), надо прижать подбородок к груди и выставить вперед локти. В случае укуса необходимо обратиться в травмпункт.

20. Ситуационная задача.

Вы направляетесь в общественное место (в кинотеатр, на стадион и др.). Ваши действия по соблюдению мер личной безопасности в общественном месте и в толпе.

Ответ: Направляясь в общественное место, учтите, что непрочные застежки на пальто и куртках, длинные шарфы, сумки и зонтики опасны в случае возникновения

паники. Заняв свое место на стадионе или в концертном зале (кинотеатре), заранее наметьте путь, по которому вы будете выходить при необходимости.

Безопасное поведение в толпе при возникновении паники заключается в выполнении следующих правил:

следует застегнуться, избавиться от лишних вещей (сумки, зонтика, свертка, пакета);

нельзя идти против толпы, нужно избегать ее центра и краев, опасных близким соседством со стенами, оградами, столбами, деревьями;

грудную клетку от сдавливания следует защитить, сложив на груди скрепленные в замок руки или согнув руки в локтях и прижав их к корпусу;

упав в толпе, следует защитить голову руками, подтянуть к себе ноги, сгруппироваться, упереться одной ногой в землю, рывком встать и резко разогнуться, используя движение толпы.

21. Ситуационная задача.

Вам предстоит пройтись пешком из одной части города в другую. Ваши действия по обеспечению личной безопасности при движении по улицам города.

Ответ: При движении пешком по улицам населенного пункта следует выполнять следующие правила:

двигаться по тротуарам, пешеходным дорожкам или обочинам;

пересекать проезжую часть по пешеходным переходам, а при их отсутствии — на перекрестках по линии тротуаров или обочин;

в, местах, где движение регулируется, переходить улицу по сигналам регулировщика или светофора;

на нерегулируемых пешеходных переходах переходить дорогу только убедившись, что переход будет безопасным;

на проезжей части не следует задерживаться и останавливаться, если переход закончить не удалось, надо остановиться на линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений;

при приближении автомобилей с включенным специальным звуковым сигналом и синим проблесковым маячком необходимо воздержаться от перехода проезжей части.

22. Ситуационная задача.

Вы возвращаетесь домой поздно вечером. Ваши действия по обеспечению личной безопасности в подъезде дома и в лифте.

Ответ: Действия по обеспечению личной безопасности:

а) в подъезде дома:

не следует заходить в подъезд, если сзади идет незнакомый человек;

не надо подходить к дверям квартиры и открывать ее, если на площадке находится неизвестное вам лицо; лучше выйти из подъезда и подождать;

при угрозах или нападении, привлекая внимание соседей (кричать «Пожар!», «Помогите!», стучать и звонить в двери), постараться выбраться на улицу;

оказавшись в безопасности, сообщить в милицию;

б) в лифте:

не входить в кабину лифта, если там находится незнакомый человек;

оказавшись в лифте с другим пассажиром, не стойте к нему спиной, постоянно наблюдайте за его действиями;

если незнакомец вошел с вами в кабину, нажмите одновременно кнопки «Вызов диспетчера» и «Стоп». Связавшись с диспетчером, завяжите с ним разговор и нажмите кнопку нужного этажа;

при попытке нападения кричите, шумите, стучите по стенкам лифта, защищайтесь любым способом, постарайтесь нажать кнопку «Вызов диспетчера» и любого этажа; если

двери лифта открылись, стремитесь выбежать, зовите на помощь соседей; оказавшись в безопасности, сообщите в милицию.

23. Ситуационная задача.

Вы находитесь дома один (одна). Ваши действия, если незнакомый человек звонит в дверь, меры безопасности при разговоре по телефону с незнакомым человеком.

Ответ: Если незнакомый человек звонит в квартиру (дом):

не открывайте ему дверь;

не вступайте с ним в разговор.

При попытке незнакомого человека открыть (взломать) дверь звоните в милицию, с балкона или из окна зовите на помощь соседей и прохожих.

При разговоре по телефону с незнакомым человеком не называйте свое имя, фамилию, адрес, номер телефона. На вопрос: «Какой у вас номер телефона?» следует ответить: «А какой номер вам нужен?» Если собеседник называет не ваш номер, положите трубку.

24. Ситуационная задача.

Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Как избежать опасной криминогенной ситуации.

Ответ: Криминогенные ситуации чаще всего возникают в темное время суток в плохо освещенных и малолюдных местах, в подъездах домов и лифтах. При угрозе необходимо исходить из реальной, конкретной обстановки, не стесняться обращаться за помощью к работникам магазинов, аптек, банков и других учреждений и организаций.

Выходя вечером на улицу, не надо надевать дорогую, броскую одежду, украшения, брать большие суммы денег. Опасно выбирать маршрут движения, проходящий через пустыри, безлюдные скверы, глухие переулки и другие пустынные места. Нельзя принимать предложения прокатиться или подвезти от незнакомых водителей. Если появилось ощущение, что кто-то преследует, надо убедиться в этом и спешить к освещенному месту, звать на помощь людей.

Следует задержаться и не заходить в подъезд дома, если следом идет человек, внушающий подозрение. При угрозе нападения надо привлечь внимание соседей (стучать и звонить в двери, кричать). При явном нападении, оценив ситуацию, защищаться, стараясь ошеломить и озадачить нападающего. После нападения немедленно сообщить в милицию.

Вызвав лифт, не следует заходить в него, если там уже находится подозрительный пассажир. Нельзя стоять в кабине лифта спиной к попутчику. Подвергшись нападению, необходимо защищаться, кричать, стучать по стенкам кабины, стараться нажать кнопки «Вызов диспетчера» и «Стоп». По возможности надо пытаться выскочить на площадку или на улицу и позвать на помощь. Оказавшись в безопасности, следует вызвать милицию.

Важное значение для самозащиты в криминогенных ситуациях имеет психологическая подготовка человека. Спокойное и уверенное поведение, умение справиться со страхом и взять инициативу в свои руки, стремление убедить потенциального агрессора в возможности мирного разрешения ситуации, неожиданные действия, а при необходимости использование приемов самозащиты — хорошая гарантия не стать жертвой преступников.

25. Ситуационная задача.

Вам часто приходится работать с компьютером. Основные правила, которые необходимо соблюдать при работе с компьютером.

Ответ: Компьютер является источником различных излучений, оказывающих вредное влияние на здоровье человека. Наиболее опасны электромагнитные волны

высокой и сверхвысокой частоты. Длительное и систематическое воздействие этих излучений часто приводит к функциональным изменениям в организме. Это выражается в появлении головных болей, головокружения, тошноты, нарушения сна, быстрой утомляемости.

Чтобы избежать этих последствий, при работе на компьютере следует выполнять следующие правила:

строго соблюдать установленную продолжительность рабочего дня и рабочей недели;

использовать при работе специальные защитные экраны;

размещать аппаратуру и оборудовать рабочее место в строгом соответствии с требованиями инструкции;

постоянно контролировать состояние своего здоровья, систематически проходя медицинские осмотры.

26. Ситуационная задача.

Вы регулярно занимаетесь физической культурой и спортом. Приведите основные общие правила личной безопасности, которые необходимо соблюдать при занятиях физкультурой и спортом.

Ответ: Занимаясь физическими упражнениями, необходимо соблюдать следующие основные правила личной безопасности:

подобрать удобную и не стесняющую движений одежду и обувь;

перед началом занятий проводить разминку, чтобы уменьшить вероятность растяжения и разрыва мышц, связок и сухожилий;

при выполнении упражнений не напрягаться до такой степени, чтобы возникало головокружение, появлялась боль или другие неприятные ощущения;

использовать на тренировках и соревнованиях специальное защитное снаряжение (очки, щитки, налокотники, наколенники, шлемы и др.).

27. Ситуационная задача.

Дома Вам часто приходится иметь дело с препаратами бытовой химии. Перечислите основные меры безопасности, которые необходимо соблюдать при пользовании препаратами бытовой химии.

Ответ: К средствам бытовой химии относятся моющие, чистящие, дезинфицирующие вещества, клеи, лакокрасочные материалы, средства по уходу за мебелью, полом, для борьбы с бытовыми насекомыми и защиты растений.

По степени опасности препараты бытовой химии подразделяют на безопасные, относительно безопасные, ядовитые и огнеопасные. Средства бытовой химии могут стать причиной отравления. Для того чтобы избежать этого, следует выполнять следующие правила профилактики:

огнеопасные средства следует хранить в закрытых емкостях, удаленных от источников огня;

химические жидкости и порошки должны храниться закрытыми и иметь этикетки; нельзя хранить неизвестные химикаты или опасные вещества, ставшие ненужными; необходимо строго соблюдать инструкции и рекомендации по применению бытовых химических средств; аэрозольные баллончики должны храниться в вертикальном положении в прохладном месте, защищенном от прямых солнечных лучей; работу с ядохимикатами надо производить в специальной одежде (халат, фартук, комбинезон, перчатки) и в защитных очках;

химикаты следует хранить в местах, недоступных для детей;

при обработке помещений средствами против насекомых и грызунов следует удалить из них детей, животных, укрыть продукты и посуду, защитить органы дыхания марлевой повязкой, а по окончании работы тщательно вымыть руки.

28. Ситуационная задача.

Вы находитесь в общественном месте (кинотеатре, музее, вокзале), там возник пожар. Ваши действия.

Ответ: При возникновении пожара в общественном месте следует:

оценить обстановку и убедиться в реальной опасности; сообщить о пожаре в пожарную охрану, нажав на кнопку пожарного извещателя;

двигаться к ближайшему выходу, помогая детям, пожилым людям и тем, кто не может двигаться из-за страха; при задымлении или отсутствии освещения двигаться, придерживаясь за стены или поручни, дышать через носовой платок, шарф, рукав одежды;

сохранять спокойствие и хладнокровие, не поддаваться панике;

выбравшись в безопасное место, оказать помощь пострадавшим.

29. Ситуационная задача.

Во время новогоднего праздника у Вас на елке загорелась электрогирлянда. Ваши действия.

Ответ: При возгорании электрогирлянды следует:

немедленно обесточить гирлянду; вызвать пожарную охрану; удалить из квартиры детей и престарелых; если загорелась елка, повалить ее на пол, накрыть плотной тканью и залить водой; при невозможности ликвидировать возгорание покинуть квартиру, плотно закрыв дверь. Следует учитывать, что елки из синтетических материалов горят очень быстро и выделяют много токсичных веществ. Из-за возможного разброса искр и расплавленной пластмассы их не рекомендуется тушить водой.

30. Ситуационная задача.

Во время просмотра телепередачи пропало изображение на экране телевизора и Вы почувствовали запах дыма. Ваши действия.

Ответ: Если во время просмотра телепередачи на экране исчезло изображение и появился запах дыма, следует:

обесточить телевизор или отключить электропитание в квартире;

сообщить о случившемся в пожарную охрану; если появился дым и телевизор загорелся, накрыть его плотной тканью или одеялом и покинуть квартиру, закрыв окна и двери.

31. Ситуационная задача.

В Вашей квартире возник пожар. Ваши действия.

Ответ: При возникновении пожара в квартире необходимо:

сообщить в пожарную охрану; эвакуировать из квартиры детей и престарелых; при опасности поражения электрическим током обесточить квартиру;

если очаг пожара небольшой, попытаться ликвидировать его подручными средствами; при невозможности ликвидировать очаг горения самостоятельно и задымлении немедленно покинуть квартиру, закрыв за собой двери;

по возможности организовать встречу пожарных подразделений и указать им очаг пожара.

32. Ситуационная задача.

Вам предстоит поездка железнодорожным транспортом. Вспомните основные правила личной безопасности, которые необходимо соблюдать при следовании железнодорожным транспортом.

Ответ: Основные правила личной безопасности при следовании железнодорожным транспортом: Приобретая билет, помните, что в случае аварии наиболее безопасны вагоны, расположенные в центре поезда.

Если ваши соседи по купе вызывают неприязнь или недоверие, постарайтесь спать чутко или не спать совсем. Не играйте с попутчиками в азартные игры.

В случае отсутствия проводника не оставайтесь в вагоне, из которого все вышли.

Не считайте деньги на виду у всех и не показывайте никому содержимое своего кошелька.

Не пейте предложенные посторонними людьми воду, лимонад, пиво: в них могут быть подмешаны снотворные или наркотические вещества.

Дверь в купе держите закрытой: не выставляйте на обозрение себя и свои вещи. На ночь закрывайте купе на защелку или блокираторы. Документы и деньги всегда держите при себе, «дипломат» или портфель кладите под матрас или подушку.

Если вы едете в плацкартном вагоне, будьте особенно бдительны на промежуточных станциях: преступник может схватить ваш чемодан и выскочить с ним на перрон, где задержать его будет очень сложно.

Если вы едете в электричке и договорились о встрече в первом вагоне, а сели в последний, не проходите через вагоны. Доехав до конечной станции, пройдите по платформе. Не принимайте также предложения случайных попутчиков пройти через вагоны.

33. Ситуационная задача.

Вы едете в общественном транспорте (автобусе, троллейбусе), в нем возник пожар. Ваши действия.

Ответ: При возникновении пожара в общественном транспорте необходимо:

немедленно сообщить о пожаре водителю и попытаться ликвидировать загорание с помощью огнетушителя или подручных средств;

эвакуироваться из салона, при заблокировании дверей выходить через аварийные люки и боковые окна, стекла в которых выбить твердым предметом или ногами;

выходить из транспортного средства быстро, закрыв рот и нос платком или рукавом; выбравшись, отойти в сторону от места пожара и по телефону или через водителей проезжающих машин сообщить о пожаре в пожарную часть; оказать помощь пострадавшим.

34. Ситуационная задача.

Обучающаяся в государственной школе в городе Туле гражданка Молдовы Ирина С. подала заявление с просьбой допустить ее к прохождению учебных сборов после окончания 10 класса, так как она желает далее поступать в Московский университет МВД. Как должен ответить на это заявление директор школы?

Ответ: Директор школы должен отказать. Причин здесь две – к прохождению военных сборов допускаются лица мужского пола и граждане России.

35. **Ситуационная задача**.

С 1 декабря 2011 года сформирован новый род войск Вооруженных сил РФ. Укажите название этого рода войск, а также названия двух других родов войск ВС РФ.

Ответ: Войска Воздушно-космической обороны.

Ракетные войска стратегического назначения и Воздушно-десантные войска.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**
Умения:	
владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	тестирование
пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты	домашнее задание
оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе	индивидуальные творческие задания
использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни: для ведения здорового образа жизни	практическое занятие
оказания первой медицинской помощи	домашнее задание
развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы	тестирование
вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи	домашнее задание
Знания:	
основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него	тестирование
потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания	домашнее задание
основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	тестирование
основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан	домашнее задание
порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу, состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации	домашнее задание, тестирование
основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе	тестирование
основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы	индивидуальное задание
требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника	тестирование
предназначение, структуры и задачи РСЧС	домашнее задание

5.КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ДИФЗАЧЁТА

При определении оценки необходимо исходить из следующих критериев:

Задания для дифзачёта обучающихся состоят из тестовых заданий и решения ситуационной задачи.

Оценка ответа обучающегося при письменном опросах, а также при самостоятельной работе – решение ситуационной задачи, проводится по пятибалльной системе, т.е. за ответ выставляется одна из отметок: 1 (плохо), 2 (неудовлетворительно), 3 (удовлетворительно), 4 (хорошо), 5 (отлично).

Преподаватель может повысить отметку за оригинальный ответ на вопрос или оригинальное решение задачи, которые свидетельствуют о высоком уровне знаний учащегося, за решение более сложной задачи или ответ на более сложный вопрос, предложенные учащемуся дополнительно после выполнения им основных заданий.

Тест оценивается следующим образом:

«5» - 90-100% правильных ответов на вопросы;
«4» - 80-89% правильных ответов на вопросы;
«3» - 70-79% правильных ответов на вопросы;
«2» - > 70 % правильных ответов на вопросы.

Решение ситуационных задач оценивается следующим образом:

оценка «5» ставится, если:
- учащийся самостоятельно выполнил все этапы решения задач;

оценка «4» ставится, если:
- работа выполнена полностью, но при выполнении обнаружилось недостаточное владение навыками работы в рамках поставленной задачи;
- правильно выполнена большая часть работы (свыше 85 %), допущено не более трех ошибок;
- работа выполнена полностью, но использованы наименее оптимальные подходы к решению поставленной задачи.

оценка «3» ставится, если:
- работа выполнена не полностью, допущено более трех ошибок, но учащийся владеет основными навыками работы, требуемыми для решения поставленной задачи.

оценка «2» ставится, если:
- допущены существенные ошибки, показавшие, что учащийся не владеет обязательными знаниями, умениями и навыками работы или значительная часть работы выполнена не самостоятельно.

оценка «1» ставится, если:
- работа показала полное отсутствие у учащихся обязательных знаний и навыков по проверяемой теме.

Итоговая оценка за дифференцированный зачёт

теория (1 часть)	практика (2 часть)	общая	в процентах	оценка
27-30 баллов	5 баллов	32-35	90-100%	отлично
24-26 баллов	4 балла	28-30	80-89%	хорошо
21-25 баллов	3 балла	24-28	70-79%	удовлетворительно
менее 21 балла	2 балла	0-23	0-70%	неудовлетворительно

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

Основные источники:

1. Основные электронные издания
2. Аюбов, Э. Н. Основы безопасности жизнедеятельности : учебник для 11 класса общеобразовательных организаций. Базовый уровень / Э. Н. Аюбов, Д. З. Прищепов, М. В. Муркова, А. Ю. Тараканов. - Москва : Русское слово - учебник, 2021. - 304 с. (ФГОС. Инновационная школа) - ISBN 978-5-533-01485-4. - Текст : электронный // ЭБС «Консультантстудента»: [сайт]. -URL : https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785533014854.
3. Аюбов, Э. Н. Основы безопасности жизнедеятельности : учебник для 10 класса общеобразовательных организаций. Базовый уровень / Э. Н. Аюбов, Д. З. Прищепов, М. В. Муркова, А. Ю. Тараканов. - Москва : Русское слово - учебник, 2021. - 288 с. (ФГОС. Инновационная школа) - ISBN 978-5-533-01484-7. - Текст : электронный // ЭБС «Консультантстудента»: [сайт]. - URL : https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785533014847
4. Собянин, Ф. И. Основы безопасности жизнедеятельности : учебное пособие / Ф. И. Собянин. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2022. - 206 с. (Среднее профессиональное образование) - ISBN 978-5-222-38578-4. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента"

.