

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО РЫБОЛОВСТВУ**  
**«Владивостокский морской рыбопромышленный колледж»**  
**федерального государственного бюджетного образовательного**  
**учреждения высшего образования**  
**«Дальневосточный государственный технический**  
**рыбохозяйственный университет»**  
**(«ВМРК» ФГБОУ ВО «ДАЛЬРЫБВТУЗ»)**

---

---

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС**  
**ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

**БД.08 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

для специальности

38.02.01

Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям)

Владивосток  
2022 г.

Учебно-методический комплекс по учебной дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» составлен в соответствии с требованиями к минимуму результатов освоения учебной дисциплины БД.08 Основы безопасности жизнедеятельности изложенными в Федеральном Государственном образовательном стандарте СОО приказ Минобрнауки России № 413 от 17.03.2015 года с учетом изменений).

Разработчики:


Автор: преподаватель «ВМРК» ФГБОУ ВО «Дальрыбвтуз»  
\_\_\_\_\_ Захаров С.В.

## АННОТАЦИЯ

Учебно-методический комплекс по учебной дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для реализации требований к минимуму содержания и уровню подготовки выпускников по всем специальностям ВМРК.

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО РЫБОЛОВСТВУ**  
**«Владивостокский морской рыбопромышленный колледж»**  
**федерального государственного бюджетного образовательного**  
**учреждения высшего образования**  
**«Дальневосточный государственный технический**  
**рыбохозяйственный университет»**  
  
**(«ВМРК» ФГБОУ ВО «ДАЛЬРЫБВТУЗ»)**

УТВЕРЖДАЮ  
заместитель начальника  
колледжа по УВР

  
\_\_\_\_\_ Г.Л. Рубанова  
« 01 » сентября 2022г.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**  
**ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**  
учебной дисциплины

**ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

для всех специальностей колледжа

Владивосток  
2022 г

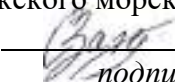
ОДОБРЕНЫ

Цикловой комиссией  
судомеханических дисциплин

Председатель:

 А.А. Сухомлинова

Протокол № 9 от 26 марта 2021г.

Автор: преподаватель Владивостокского морского  
рыбопромышленного колледжа  С.В. Захаров  
*подпись*

Рецензент  
преподаватель ВМРК  Ю.Ф. Фищук  
*подпись*

Методические указания по проведению практических занятий составлены в соответствии с рабочей программой учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», утвержденной зам. начальника колледжа по УВР 26 марта 2021г.

В данных методических указаниях описаны обязательные практические занятия курсантов и студентов при изучении курса основ безопасности жизнедеятельности. В описании практических занятий указан порядок их проведения и источники получения информации. В методических указаниях приведен список основной и справочной литературы.

В дальнейшем методические указания могут перерабатываться при изменении Федеральных государственных стандартов и требований к содержанию и оформлению методических материалов.

## Содержание.

Введение .....	4
Перечень практических занятий.....	5
Раздел 1 Безопасность и защита человека в опасных ЧС Тема 1.3 Оружие массового поражения и его боевые свойства <i>Практическое занятие № 1 «Современные средства поражения. Оповещение населения об опасностях в ЧС»</i> .....	6
Тема 1.4 Организация защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени <i>Практическое занятие №2 «Средства коллективной и индивидуальной защиты»</i> .....	9
<i>Практическое занятие №3 «Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС мирного и военного времени. Правила поведения в криминогенных ситуациях»</i> .....	11
<i>Практическое занятие №4 «Простейшие укрытия, их характеристика. Правила поведения в защитных сооружениях»</i> .....	14
Раздел 2 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни Тема 2.1 Правила личной гигиены и здоровье <i>Практическое занятие №5 «Основные инфекционные заболевания их классификация и профилактика»</i> .....	17
Тема 2.2 Вредные привычки и их социальные последствия <i>Практическое занятие №6 «Вредные привычки, венерические болезни и их социальные последствия»</i> .....	19
<i>Практическое занятие №7 «Влияние наркотиков на организм подростка»</i> .....	21
Раздел 3 Основы подготовки к военной службе Тема 3.1 Основы обороны государства <i>Практическое занятие №8 «История создания и развития ВС России»</i> .....	23
<i>Практическое занятие №9«Дни воинской славы России»</i> .....	25
Тема 3.2 Воинская обязанность и военная служба граждан <i>Практическое занятие №10 «Структуре и состав ВС России»</i> .....	28
Тема 3.5 Особенности военной службы <i>Практическое занятие №11 «Огневая подготовка. Автомат Калашникова»</i> .....	30

## Введение

Рабочей программой дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предусмотрено проведение 11 практических занятий.

Целью проведения занятий является приобретение необходимых практических навыков по отдельным темам дисциплины, расширяются и углубляются познания в области безопасности и защиты человека в опасных и чрезвычайных ситуациях; формируется комплексное представление об основах медицинских знаний и здоровом образе жизни; традициях и принципах организации военной службы. Дисциплина формулирует общую стратегию и принципы обеспечения безопасности.

Наряду с формированием практических навыков в процессе занятий обобщаются, систематизируются, углубляются и конкретизируются теоретические знания, вырабатывается способность усваивать теоретические понятия самостоятельно, развиваются умения.

Методические указания разработаны в соответствии с рекомендациями по планированию, организации и проведению лабораторных работ и практических занятий в образовательных учреждениях среднего профессионального образования (письмо Минобразования России от 5 апреля 1999 г., № 16-52-55 ин/16-13)

При подборе тематики практических занятий учитываются потребности современного этапа формирования принципов в сфере безопасности в Российской Федерации.

Безусловно, как практические занятия, так и самостоятельная работа студентов предусматривает изучение и освоение данных перемен.

Пособие может быть использовано для домашней работы, для самостоятельного изучения, а также для письменной консультации студентов-заочников.

Каждое практическое занятие оценивается. Отчет предоставляется в письменной форме. Общие правила выполнения работы сформулированы к каждой теме. Теоретические знания по теме, умение проанализировать полученные результаты студенты должны показать на семинарских занятиях по итогам темы или раздела курса.

## Перечень практических занятий

№ темы	Название темы	№ работы	Практическое занятие
1.3	Оружие массового поражения и его боевые свойства	1	Современные средства поражения. Оповещение населения об опасностях в ЧС.
1.4	Организация защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени	2	Средства коллективной и индивидуальной защиты.
		3	Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС мирного и военного времени. Правила поведения в криминогенных ситуациях.
1.5	Организация инженерной защиты населения	4	Простейшие укрытия, их характеристика. Правила поведения в защитных сооружениях.
2.1	Правила личной гигиены и здоровье	5	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика
2.2	Вредные привычки и их социальные последствия	6	Вредные привычки, венерические болезни и их социальные последствия
		7	Влияние наркотиков на организм подростка
3.1	Основы обороны государства	8	История создания и развития ВС России
		9	Дни воинской славы России
3.2	Воинская обязанность и военная служба граждан	10	Структура и состав ВС России
3.5	Основы военной службы	11	Огневая подготовка. Автомат Калашникова

## Раздел 1 Безопасность и защита человека в опасных ЧС

### Тема 1.3 Оружие массового поражения и его боевые свойства

#### Практическое занятие № 1 «Современные средства поражения. Оповещение населения в условиях ЧС»

##### Цели практического занятия:

1. Изучение современных видов оружия массового поражения: ядерного оружия, химического оружия, бактериологического оружия ;изучение средств и способов оповещения населения
2. Закрепление знаний о поражающих факторах современного ядерного, химического и бактериологического оружия, о способах оповещения

##### Методические указания

Используя материалы учебника, ответьте на вопросы и пройдите тест.

1. Перечислите поражающие факторы ядерного оружия.
2. Что называется очагом ядерного поражения?
3. Как можно уменьшить воздействие ионизирующего излучения?
4. На какие группы делятся отравляющие вещества по воздействию на организм человека?
5. При поражении какой группой отравляющих веществ пострадавшим нельзя делать искусственное дыхание?
6. Какие инфекции людей, животных и растений могут быть использованы как биологическое оружие?
7. Перечислите основные признаки применения бактериологического оружия.

##### Тесты: вопросы

##### 1. Что называется химическим оружием?

- А) все, что содержит в себе химические элементы;
- Б) все, что воздействует на человека вследствие физических процессов;
- В) вещества, которые приводят противника или мирное население в сонное состояние;
- Г) отравляющие вещества и средства их боевого применения.

##### 2. Охарактеризуйте понятие «отравляющие вещества»:

- А) вещества, которые отравляют жизнь как в мирное, так и в военное время, главным образом, родственникам;
- Б) вещества, которые в малых дозах способны выполнить самые сокровенные желания;
- В) высокотоксичные ядовитые химические соединения, которые используются для поражения человека, растения и животного, а также окружающей среды (почвы, воды, воздуха);



Г) высокоорганизованные химические соединения и токсины, производные деятельности микроорганизмов.

**3. На какие группы подразделяются по характеру воздействия на организм отравляющие вещества?**

- А) отравляющие вещества мирного назначения (мышьяк, ртуть);
- Б) отравляющие вещества нервно-паралитического действия;
- В) отравляющие вещества кожно-резорбтивного действия;
- Г) отравляющие вещества удушающего действия.

**4. Что представляет собой очаг химического поражения?**

- А) территория предполагаемого ядерного взрыва; Б) территория, охваченная пожаром;
- В) территория, на которой установлено заражение объектов, населения и окружающей среды ОВ;
- Г) территория, на которой находится крупный химический объект - завод крекинга нефти, по производству кислот или щелочей, азота и т.д.

**5. Каковы основные способы применения биологического оружия?**

- А) фатальный;
- Б) аэрозольный;
- В) диверсионный;
- Г) посредством переносчиков инфекционных заболеваний.

**6. Что представляет собой очаг биологического оружия?**

- А) территория, на которой жизнь уже не возможна;
- Б) территория, на которой погибло все живое;
- В) территория, на которой есть хотя бы 5 - 10 случаев определенных инфекционных заболеваний;
- Г) территория, на которой произошло массовое заражение людей, животных и растений инфекциями;

**7. Что относится к поражающим факторам ядерного взрыва?**

- А) ударная волна;
- Б) радиоволна;
- В) световое излучение;
- Г) электромагнитный импульс.

**8. Проникающая радиация - главный поражающий фактор ядерного взрыва на долгосрочную перспективу?**

- А) это верно, потому что лучевые поражения организма дают о себе знать, когда другие поражающие факторы уже не действуют;
- Б) это неверно, потому что долгосрочных последствий ядерного взрыва не существует (это доказала трагедия японских городов Хиросима и Нагасаки);
- В) верны ответы А) и Б);
- Г) самым продолжительным последствием ядерного взрыва является поражающий фактор - ударная волна.

**9. Ударная волна - это:**

- А) область разреженного воздуха;

Б) область сжатого воздуха, медленно распространяющаяся в сторону в виде эллипсоидной формы;

В) область сжатого воздуха, стремительно распространяющаяся от центра взрыва с огромной скоростью;

Г) электромагнитный импульс.

**10. Какое количество энергии ядерного взрыва расходуется на ударную волну?**

А) 30 %;

Б) 40 %;

В) 50 %;

Г) 60 %.

## Раздел 1 Безопасность и защита человека в опасных ЧС

### Тема 1.4 Организация защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени

#### Практическое занятие №2 «Средства коллективной и индивидуальной защиты» Цели практического занятия:

1. Изучение современных средств коллективной и\* индивидуальной защиты;
2. Закрепление знаний о свойствах современных средств коллективной и индивидуальной защиты.

**Методические указания** Используя материалы учебника, ответьте на вопросы и пройдите тест

1. Перечислите коллективные средства защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.
2. Назовите наиболее доступные и простейшие укрытия.
3. Во сколько раз убежища ослабляют радиоактивные излучения?
4. Перечислите средства защиты органов дыхания.
5. Перечислите средства защиты кожи.
6. На какие два вида делятся противогазы?
7. Перечислите медицинские средства индивидуальной защиты.

#### Тестовые вопросы

##### 1. Какие существуют защитные сооружения?

- А) ямы;
- Б) убежища;
- В) шалаши;
- Г) простейшие укрытия.

##### 2. От каких поражающие факторы ядерного взрыва обеспечивают надежную защиту убежища?

- А) от всех поражающих факторов;
- Б) от отравляющих веществ и бактериальных средств;
- В) от высоких температур;
- Г) от отравления продуктами горения и промышленными ядами,

##### 3. Во сколько раз перекрытая щель защищает человека от воздействия светового излучения?

- А) защищает в 20 раз;
- Б) защищает в 50 раз;
- В) защищает в 100 раз;
- Г) защищает полностью.

##### 4. Для чего предназначены средства индивидуальной защиты населения?

- А) для профилактической работы с населением;
- Б) для защиты человека от попадания внутрь организма, на кожные покровы и одежду радиоактивных веществ;
- В) для защиты человека от попадания внутрь организма, на кожные покровы и одежду отравляющих веществ;

Г) для защиты человека. От попадания внутрь организма, на кожные покровы и одежду сильно действующих ядовитых веществ и бактериологических средств.

**5. Что относится к средствам защиты органов дыхания?**

- А) детские защитные камеры;
- Б) тканевые маски, ватно-марлевые повязки;
- В) респираторы, фильтрующие и изолирующие противогазы;
- Г) специальные шерстяные шарфы.

**6. По своему назначению средства защиты кожи делятся на:**

- А) специальные (табельные);
- Б) универсальные;
- В) подручные;
- Г) изолирующие.

**7. По принципу защитного действия средства защиты кожи бывают:**

- А) фильтрующие;
- Б) подручные;
- В) универсальные;
- Г) изолирующие.

**8. К простейшим средствам защиты органов дыхания относятся:**

- А) респиратор;
- Б) противопыльная тканевая маска;
- В) ватно-марлевая повязка;
- Г) противогаз.

**9. Для предупреждения развития у человека шокового состояния применяется:**

- А) ватно-марлевая повязка;
- Б) противогаз.
- В) аптечка индивидуальная А.И-2;
- Г) индивидуальный противохимический пакет.

**10. Для дегазации кожи применяется:**

- А) ватно-марлевая повязка;
- Б) противогаз.
- В) аптечка индивидуальная АИ-2;
- Г) индивидуальный противохимический пакет.

## **Раздел 1 Безопасность и защита человека в опасных ЧС**

### **Тема 1.4 Организация защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени**

#### **Практическое занятие №3 «Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС мирного и военного времени»**

##### **Цели практического занятия:**

- 1. Изучение основных мероприятий по защите населения при угрозе ЧС мирного и военного времени;*
- 2. Закрепление знаний об основных мероприятиях по защите населения при угрозе ЧС мирного и военного времени.*

##### **Методические указания**

Используя материалы учебника, ответьте на вопросы и пройдите тест

1. Перечислите основные задачи разведки при возникновении ЧС в мирное время.
2. Что является целью проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ?
3. Что в себя включают спасательные работы?
4. Что в себя включает полная санитарная обработка?
5. Что в себя включает частичная санитарная обработка?
6. Что такое эвакуация?
7. Чем отличается дезактивация от дезинфекции?

##### **Тестовые вопросы**

**1. В зависимости от способов добывания разведданных и выделяемых для этого средств, разведка ГО подразделяется на:**

- А) автомобильную;
- Б) воздушную;
- В) речную (морскую);
- Г) железнодорожную.

**2. Что представляет собой ликвидация ЧС?**

- А) это аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые при возникновении ЧС и направленные на снижение материальных потерь;
- Б) это аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые при возникновении экстремальных ситуаций и направленные на улучшение окружающей среды;
- В) это аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые при возникновении ЧС и направленные на снижение размеров ущерба и окружающей природной среде;
- Г) это аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые при возникновении ЧС и направленные на спасение жизни и сохранение здоровья людей.

**3. Какие задачи могут быть реализованы при проведении спасательных работ?**

- А) научно-исследовательские задачи, связанные с отработкой специальных нормативов и повышением компетентности спасателей;
- Б) разведка маршрута выдвижения и участка работ, локализация и тушения пожаров на маршрутах движения и участках работ;
- В) осуществление розыска пораженных и извлечение их из завалов, поврежденных и горящих зданий, загазованных и задымленных помещений;
- Г) вскрытие разрушенных, поврежденных, заваленных защитных сооружений и спасение находящихся в них людей, нейтрализация сильнодействующих ядовитых веществ в местах разлива.

**4. Каким может быть содержание неотложных работ?**

- А) прокладка колонных путей и устройство проходов в завалах и на зараженных участках;
- Б) прокладка тоннелей для мини-метро, добыча полезных ископаемых;
- В) локализация аварий на газовых, водопроводных, канализационных и технологических сетях в целях создания условий для проведения спасательных работ;
- Г) обнаружение, обезвреживание и уничтожение неразорвавшихся боеприпасов и других взрывоопасных предметов.

**5. Что понимается под термином «эвакуационные мероприятия»?**

- А) экстренный сбор населения на площадь для участия в дискотеке;
- Б) рассредоточение населения для игры «в прятки»;
- В) рассредоточение населения из городов в загородную зону;
- Г) эвакуация населения из городов в загородную зону.

**6. По какому принципу осуществляется рассредоточение и эвакуация населения?**

- А) по производственному принципу;
- Б) по территориальному принципу;
- В) по производственно-территориальному принципу;
- Г) по необходимости.

**7. Удаление радиоактивных веществ с зараженной поверхности это:**

- А) дезактивация;
- Б) дегазация;
- В) дезинфекция;
- Г) эвакуация.

**8. Уничтожение бактериальных средств и химическое разрушение их токсинов это:**

- А) дезактивация;
- Б) дегазация;
- В) дезинфекция;
- Г) эвакуация.

**9. При одновременном заражении радиоактивными, отравляющими**

*веществами и бактериальными средствами, в первую очередь обеззараживаются:*

- А) бактериальные средства;
- Б) радиоактивные вещества;
- В) отравляющие вещества;
- Г) очередность обеззараживания не имеет значения.

**10. Какие вещества применяются для дезинфекции оружия?**

- А) ацетон;
- Б) фенол;
- В) крезол;
- Г) лизол.

## Раздел 1 Безопасность и защита человека в опасных ЧС

### Тема 1.5 Организация защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени

Практическое занятие №4 «*Простейшие укрытия, их характеристика. Правила поведения в защитных сооружениях.*»

#### Цели практического занятия:

1. Изучение простейших укрытий, их основные характеристики. Изучение правил поведения в защитных сооружениях.
2. Закрепление знаний о конструкциях простейших укрытий и о правилах поведения в защитных сооружениях.

#### Методические указания

Используя материалы учебника, ответьте на вопросы и пройдите тест

1. Какие требования предъявляются к поведению в убежищах?
2. Где находится ближайшее к вам убежище и каковы его характеристики?
3. Какие подручные материалы можно использовать для оборудования простейших укрытий?
4. Какие обязанности возлагаются на укрываемых в защитных сооружениях?
8. Что в себя включает частичная санитарная обработка?
9. Что такое эвакуация?
10. Чем отличается дезактивация от дезинфекции?

#### Тестовые вопросы

**1. В зависимости от способов добывания разведанных и выделяемых для этого средств, разведка ГО подразделяется на:**

- А) автомобильную;
- Б) воздушную;
- В) речную (морскую);
- Г) железнодорожную.

**2. Что представляет собой ликвидация ЧС?**

- А) это аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые при возникновении ЧС и направленные на снижение материальных потерь;
- Б) это аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые при возникновении экстремальных ситуаций и направленные на улучшение окружающей среды;
- В) это аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые при возникновении ЧС и направленные на снижение размеров ущерба и окружающей природной среде;
- Г) это аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые при возникновении ЧС и направленные на спасение жизни и сохранение



здоровья людей.

**3. Какие задачи могут быть реализованы при проведении спасательных работ?**

- А) научно-исследовательские задачи, связанные с отработкой специальных нормативов и повышением компетентности спасателей;
- Б) разведка маршрута выдвижения и участка работ, локализация и тушения пожаров на маршрутах движения и участках работ;
- В) осуществление розыска пораженных и извлечение их из завалов, поврежденных и горящих зданий, загазованных и задымленных помещений;
- Г) вскрытие разрушенных, поврежденных, заваленных защитных сооружений и спасение находящихся в них людей, нейтрализация сильнодействующих ядовитых веществ в местах разлива.

**4. Каким может быть содержание неотложных работ?**

- А) прокладка колонных путей и устройство проходов в завалах и на зараженных участках;
- Б) прокладка тоннелей для мини-метро, добыча полезных ископаемых;
- В) локализация аварий на газовых, водопроводных, канализационных и технологических сетях в целях создания условий для проведения спасательных работ;
- Г) обнаружение, обезвреживание и уничтожение неразорвавшихся боеприпасов и других взрывоопасных предметов.

**5. Что понимается под термином «эвакуационные мероприятия» ?**

- А) экстренный сбор населения на площадь для участия в дискотеке;
- Б) рассредоточение населения для игры «в прятки»;
- В) рассредоточение населения из городов в загородную зону;
- Г) эвакуация населения из городов в загородную зону.

**6. По какому принципу осуществляется рассредоточение и эвакуация населения?**

- А) по производственному принципу;
- Б) по территориальному принципу;
- В) по производственно-территориальному принципу;
- Г) по необходимости.

**7. Удаление радиоактивных веществ с зараженной поверхности это:**

- А) дезактивация;
- Б) дегазация;
- В) дезинфекция;
- Г) эвакуация.

**8. Уничтожение бактериальных средств и химическое разрушение их токсинов это:**

- А) дезактивация;

- Б) дегазация;
- В) дезинфекция;
- Г) эвакуация.

**9. При одновременном заражении радиоактивными, отравляющими веществами и бактериальными средствами, в первую очередь обеззараживаются:**

- А) бактериальные средства;
- Б) радиоактивные вещества;
- В) отравляющие вещества;
- Г) очередность обеззараживания не имеет значения.

**10. Какие вещества применяются для дезинфекции оружия?**

- А) ацетон;
- Б) фенол;
- В) крезол;
- Г) лизол.

## Раздел 2 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

### Тема 2.1 Правила личной гигиены и здоровье

#### Практическое занятие №5 «*Основные инфекционные заболевания их классификация и профилактика*»

##### Цели практического занятия:

1. *Изучение основных инфекционных заболеваний, их классификации и способов их профилактики;*
2. *Закрепление знаний об основных инфекционных заболеваниях и способах их профилактики.*

##### Методические указания

Используя материалы учебника, ответьте на вопросы и пройдите тест

1. Перечислите основные специфические свойства микробов - возбудителей инфекционных заболеваний.
2. Откуда обычно распространяются эпидемии?
3. От чего зависит активность эпидемического процесса?
4. Что понимается под механизмом передачи патогенных микробов?
5. Перечислите основные механизмы передачи инфекции.
6. Что такое восприимчивость?
7. Где обитает большинство возбудителей инфекционных заболеваний?

##### Тестовые вопросы

1. ***Быстрое и массовое распространение острозаразных болезней (инфекций) среди людей:***
  - а) Вирусоносительство;
  - б) Эпидемия;
  - в) Восприимчивость.
2. ***Способность организма человека, животного, растения .с тбёчить на внедрение, размножение и жизнедеятельность вредных микроорганизмов, на развитие инфекционного процесса комплексом защитно-приспособительных реакций.***
  - а) Восприимчивость;
  - б) Эпидемия;
  - в) Иммунитет.
3. ***Для большинства возбудителей инфекционных заболеваний местом их обитания являются:***
  - а) Вода и почва;
  - б) Растения и животные;
  - в) Все ответы верны.
4. ***Тяжелое осложнение ран, вызываемое анаэробными микробами, сопровождается омертвением ткани, органа, части тела и общим отравлением организма:***
  - а) Столбняк;

- б) Лептоспироз;
- в) Гангрена газовая.

**5. Острая инфекционная болезнь, поражает мелкие кровеносные сосуды-капилляры, а также печень, почки.**

- а) Ботулизм;
- б) Лептоспироз;
- в) Гангрена газовая.

**6. Сколько процентов заболеваний на Земле возникает из-за плохой питьевой воды и неисправности канализации?**

- а) 50 %
- б) 80 %
- в) 100%

**7. Инфекционное заболевание человека, которое вызывается специфическим вирусом и протекает с преимущественным поражением печени:**

- а) Дизентерия;
- б) Тиф;
- в) Вирусный гепатит.

**8. Острое инфекционное заболевание, вызываемое специфическим вирусом и передающееся комарами строго определенных видов, имеющими ограниченное естественное географическое распространение:**

- а) Желтая лихорадка;
- б) Лептоспироз;
- в) Малярия.

**9. Заболевание человека, вызываемое паразитическими простейшими - плазмодиями:**

- а) Желтая лихорадка;
- б) Столбняк;
- в) Малярия.

**10. Особо опасное инфекционное заболевание, при котором резко обезвоживается организм:**

- а) Cholera;
- б) Брюшной тиф;
- в) Вирусный гепатит.

## Раздел 2 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

### Тема 2.2 Вредные привычки и их социальные последствия

#### Практическое занятие №6 «Вредные привычки, венерические болезни и их социальные последствия»

#### Цели практического занятия:

1. Изучение основных венерических заболеваний и их социальных последствий;
2. Закрепление знаний об основных венерических заболеваниях и способах их профилактики.

#### Методические указания

Используя различные источники информации, ответьте на вопросы и пройдите тест

1. Можно ли при первом половом контакте заразиться ИППП?
2. Какие последствия вызывают ИППП?
3. Что такое СПИД?
4. Как узнать, заражен ли человек ВИЧ-инфекцией?
5. Каким образом передается ВИЧ?
6. Что такое период «окна»?
7. Правда ли, что можно заразиться через укусы насекомых, при плавании в бассейне, при пользовании столовыми приборами вместе с ВИЧ-инфицированными?
8. Сколько человек ежедневно заражаются ВИЧ-инфекцией?

#### Тестовые вопросы

**1. Венерическое заболевание, вызывается гонококком, передается половым путем:**

- а) сифилис;
- б) гонорея;
- в) уреаплазмоз.

**2. Каким простейшим микроорганизмом вызывается сифилис?**

- а) бледная спирохета;
- б) трихомонада;
- в) гонококк.

**3. Какие из перечисленных ИППП могут передаваться через кровь?**

- а) Сифилис;
- б) Гонорея;
- в) Хламидиоз;
- г) Трихомоноз

**4. ИППП можно заразиться во время:**

- а) купания в бассейне;
- б) рукопожатия;
- в) незащищенного полового контакта;

г) переливания крови.

**5. Возбудители основных ИППП передаются преимущественно:**

- а) половым путем;
- б) воздушно-капельным путем;
- в) от матери к ребенку;
- г) через грязные руки;
- д) через кровь.

**6. Человек, инфицированный ИППП:**

- а) чувствует это мгновенно;
- б) быстро узнает об этом, если внимательно относится к своему здоровью;
- в) может длительно болеть и не подозревать об этом.

**7. Для какой стадии сифилиса характерно поражение нервной системы?**

- а) 1 стадия;
- б) 2 стадия;
- в) 3 стадия;
- г) 4 стадия.

**8. Сколько видов хламидий известно к настоящему времени?**

- а) 3 вида;
- б) 10 видов;
- в) 5 видов.

**9. В каком году впервые была описана ВИЧ-инфекция (в своей финальной стадии)?**

- а) в 1982 году;
- б) в 1981 году;
- в) в 1971 году.

**10. В чем суть разрушительного действия ВИЧ на организм?**

- а) Он разрушает свертывающую систему крови;
- б) вызывает дисбактериоз;
- в) разведает оболочку нервных стволов;
- г) разрушает иммунную систему человека.

## Раздел 2 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

### Тема 2.2 Вредные привычки и их социальные последствия

#### Практическое занятие №7 «Влияние наркотиков на организм подростка»

##### Цели практического занятия:

1. Изучение основных видов наркотиков и их влияния на организм подростка;
2. Закрепление знаний об основных видах наркотических веществах и их влиянии на организм человека.

##### Методические указания

Используя различные источники информации, ответьте на вопросы и пройдите тест

1. Что понимают под наркотическими веществами?
2. Перечислите основные признаки употребления наркотиков.
3. Какие вещества относятся к психостимуляторам?
4. Что такое абстинентный синдром?
5. Какие органы человека в большей или меньшей степени все наркотики обязательно повреждают, независимо от пути введения?
6. Что такое стойкая ремиссия?
7. В чем различие между физической и психической зависимостью?

##### Тестовые вопросы

1. *Отметьте основные признаки, по которым то или иное вещество, можно отнести к разряду наркотических?*

- А) при передозировке вызывает смерть;
- Б) вызывает эйфорию;
- В) формирует зависимость;
- Г) усиливает обмен веществ.

2. *Наркомания - это:*

- А) преступление;
- Б) вредная привычка;
- В) болезнь.

3. *По каким признакам можно определить, что у человека абстинентный синдром «ломка»?*

- А) повышенная температура, слабость, хрипы в легких, кашель и головная боль;
- Б) беспокойство, нервозность, боли в мышцах и костях, бессонница, непреодолимое желание употребить наркотик;
- В) приподнятое настроение, беспричинный смех, выраженная активность.

4. *Какая зависимость труднее всего поддается лечению?*

- А) психическая;

Б) физическая.

**5. Российским законодательством в уголовном порядке наказывается:**

А) употребление наркотиков;

Б)изготовление наркотиков;

В) хищение либо вымогательство наркотических средств.

**6. Какие наркотики нарушают обмен кальция в организме?**

А) психостимуляторы;

Б) снотворно-седативные средства;

В)опиаты;

Г) галлюциногены.

**7. Белый кристаллический порошок, по виду похож на питьевую соду, это:**

А) ЛСД;

Б)кокаин;

В) эфедрин;

Г)фенамин.

**8. Какой наркотик приводит к раку легких в 5 раз быстрее, чем курение табака?**

А) ЛСД;

Б)кокаин;

В)конопля;

Г)фенамин.

**9. Можно ли заразиться ВИЧем через употребление наркотиков?**

А) да;

Б)нет;

В) затрудняюсь ответить.

**10. Какие из наркотиков, на ваш взгляд, чаще употребляются?**

А) конопля;

Б)героин;

В)экстази;

Г) эфедрон.



## **Раздел 3 Основы подготовки к военной службе**

### **Тема 3.1 Основы обороны государства**

#### **Практическое занятие №8 «История создания и развития ВС России»**

##### **Цели практического занятия:**

- 1. Изучение основных этапов в истории создания и развития ВС России;*
- 2. Закрепление знаний об основных этапах в истории создания и развития ВС России;*

##### **Методические указания**

Используя материалы учебника, ответьте на вопросы и пройдите тест

1. Перечислите, на что были нацелены военные реформы Ивана Грозного.
2. Когда было выработано и принято Соборное уложение - кодекс общероссийских законов?
3. К чему сводилось основное содержание военных реформ Петра I?
4. Доступ к какому морю получила Россия в результате подписания договора со Швецией в 1714 году?
5. При достижении какого возраста мужчины подлежали призыву согласно всеобщей воинской повинности?
6. В каком году началась Первая мировая война и сколько государств в нее было втянуто?
7. Когда численность вооруженных сил СССР возросла более чем в 5 раз?

##### **Тестовые вопросы**

- 1. В каком году впервые летопись упоминает о применении огнестрельного оружия?***
  - а) в 1453 году;
  - б) в 1382 году;
  - в) в 1431 году.
- 2. В середине какого века было создано стрелецкое войско?***
  - а) в 17 веке;
  - б) в 18 веке;
  - в) в 16 веке.
- 3. Кто создал постоянную сторожевую службу на южных границах государства, являвшейся прообразом пограничных войск?***
  - а) Иван Грозный;
  - б) Петр I;
  - в) М. Кутузов.
- 4. Кто создал российский морской флот и ввел ведение боевой подготовки по Военному уставу 1716г.?***
  - а) Иван Грозный;

- б) Петр 1;
- в) М. Кутузов.

**5. В каком году в России была введена всеобщая воинская повинность?**

- а) в 1914 году;
- б) в 1874 году;
- в) в 1861 году.

**6. Сколько государств было втянуто в Первую мировую войну в 1914 году?**

- а) 45;
- б) 24;
- в) 38.

**7. Какой главнокомандующий в 1790 году впервые в военном искусстве использовал макет укреплений, для тренировки войска?**

- а) Иван Грозный;
- б) Петр 1;
- в) М. Кутузов;
- г) А.Суворов.

**8. Когда прекратила свое существование российское самодержавие?**

- а) в марте 1917г.;
- б) в октябре 1917г.;
- в) в январе 1917 г.

**9. Когда был издан декрет «Об организации Рабоче-Крестьянской Красной Армии»?**

- а) в марте 1917г.;
- б) в октябре 1917 г.;
- в) в январе 1918 г.

**10. Когда состоялось первое празднование рождения Красной армии?**

- а) 23 февраля 1918 г.;
- б) 23 февраля 1919 г.;
- в) 23 февраля 1920 г.

### Раздел 3 Основы подготовки к военной службе

#### Тема 3.1 Основы обороны государства

##### Практическое занятие №9 «Дни воинской славы России»

#### Цели практического занятия:

1. Изучение памятных дней воинской славы России;
2. Закрепление знаний об основных памятных датах воинской славы России.

#### Методические указания

Ознакомьтесь с материалами учебника и пройдите тест

**1. Какое сражение началось с поединка русского воина Пересвета монгольского богатыря Челубея?**

- А) Куликовская битва;
- Б) Ледовое побоище;
- В) Бородинская битва;

**2. Сколько лет было Александру Невскому во время Ледового побоища?**

- А) 35 лет;
- Б) 22 года;
- В) 25 лет.

**3. С каким государством Россия вела Северную войну 1700-1721 гг. ?**

- А) со Швецией;
- Б) с Францией;
- В) с Германией.

**4. На каком озере произошло Ледовое побоище в 1242 году?**

- А) на Ладожском;
- Б) на Онежском;
- В) на Чудском.

**5. Какой полководец был причислен к лику святых Русской Православной Церковью?**

- А) А.В.Суворов;
- Б) Александр Невский;
- В) Петр 1.

**6. В каком году была освобождена Москва от польских интервентов силами народного ополчения под руководством Минина и Пожарского?**

- А) в 1380 году;
- Б) в 1709 году;
- В) в 1612 году.

**7. Когда произошло первое в российской истории морское победоносное сражение у мыса Гангут ?**

- А) в 1790 году;
- Б) в 1714 году;
- В) в 1735 году.

**8. Кто был главнокомандующим русскими войсками в сражении под Полтавой в 1709 г. ?**

- А) Карл 12;
- Б) Иван Грозный;
- В) Петр 1.

**9. Какая крепость была взята русскими войсками под командованием А.В.Суворова?**

- А) Брестская крепость;
- Б)Измаил;
- В) Норфолк.

**10. Кто был главнокомандующим русских войск в Синопском сражении?**

- А) М.И.Кутузов;
- Б)Ф.Ф.Ушаков;
- В) П.С.Нахимов.

**11.8 сентября 1812 года. Это дата:**

- А) Куликовской битвы;
- Б) Бородинского сражения;
- В) Полтавской битвы.

**12. Кто командовал обороной Москвы в 1941 году?**

- А) М.И.Кутузов;
- Б)Г.К. Жуков;
- В) А.В.Суворов.

**13. Сколько дней длилась блокада Ленинграда?**

- А) 1418 дней;
- Б) 900 дней;
- В) 1230 дней.

**14. По какому озеру проходила «дорога жизни» во время блокады Ленинграда?**

- А) Ладожскому;
- Б)Онежскому;
- В) Байкал.

**15. День разгрома немецко-фашистских войск в Сталинградской битве:**

- А) 5 декабря 1941 г.;
- Б) 2 февраля 1943 г.;
- В) 19 ноября 1942 г.

**16. Когда была одержана победа над милитаристской Японией?**

- А) 9 мая 1945 г.;
- Б) 2 сентября 1945 г.;
- В) 8 мая 1945 г.

**17. Когда капитулировала гитлеровская Германия?**

- А) 9 мая 1945 г.;
- Б) 2 сентября 1945 г.;
- В) 8 мая 1945 г.

## Раздел 3 Основы подготовки к военной службе

### Тема 3.2 Воинская обязанность и военная служба граждан

#### Практическое занятие №10 «Структура и состав ВС России»

#### Цели практического занятия:

1. Изучение структуры и состава ВС России;
2. Закрепление знаний о структуре и составе ВС России.

#### Методические указания

Ознакомьтесь с материалами учебника, ответьте на вопросы и пройдите тест

1. Перечислите четыре основных вида ВС России.
2. Для чего предназначены РВСН?
3. Какие рода войск включают в себя сухопутные войска?
4. Какими структурными компонентами представлены сухопутные войска?
5. Какой род войск отвечает за противовоздушную оборону?
6. Сколько процентов носителей ядерных зарядов приходится на ВМФ?
7. Сколько воздушно-десантных дивизий насчитывалось в составе ВДВ до распада СССР?
8. Перечислите воинские формирования, которые не входят в состав ВС России.
9. Перечислите основные задачи Внутренних войск МВД России.
10. Для чего предназначены Войска правительственной связи?

#### Тестовые вопросы

#### **1. Верховным Главнокомандующим Вооруженными силами РФ является:**

- а) Министр обороны РФ;
- б) Президент РФ;
- в) Премьер-министр РФ.

#### **2. Основным органом оперативного управления войсками и силами флота Вооруженных сил РФ является:**

- а) Президент РФ;
- б) Генеральный штаб;
- в) Министерство обороны РФ.

#### **3. Какие войска предназначены для уничтожения средств ядерного нападения противника и разрушения военно-промышленных объектов<sup>^</sup> а также дезорганизации государственного и военного управления?**

- а) РВСН;
- б) СВ;

в) ВВС.

**4. На какие войска приходится 60% боезарядов?**

а) ВВС;

б) СВ;

в) РВСН.

**5. В каком году были созданы РВСН?**

а) в 1955 году;

б) в 1960 году;

в) в 1965 году.

**6. Какие войска ВС России являются самыми многочисленными?**

а) РВСН;

б) ВС;

в) ВМФ.

**7. Сколько процентов носителей ядерных зарядов приходится на ВМФ?**

а) 60%;

б) 35%;

в) 45%.

**8. Какие войска составляют резерв Верховного Главнокомандующего ВС России?**

а) РВСН;

б) ВМФ;

в) ВДВ.

## Раздел 3 Основы подготовки к военной службе

### Тема 3.5 Особенности военной службы

#### Практическое занятие №11 «*Огневая подготовка. Автомат Калашникова*»

#### Цели практического занятия:

1. *Ознакомление с мерами безопасности при проведении учебных сборов по огневой подготовке;*
2. *Изучение устройства автомата Калашникова;*
3. *Закрепление знаний об устройстве автомата Калашникова и мерах безопасности при проведении учебных сборов.*

#### Методические указания

Ознакомьтесь с материалами учебника, ответьте на вопросы и пройдите тест

1. В чем заключается основная задача учебных сборов?
2. Что такое огневая подготовка?
3. Какие действия запрещены на занятиях по огневой подготовке?
4. Какой огонь можно вести из автомата Калашникова?
5. Для чего предназначен штык-нож?
6. На чем основано автоматическое действие автомата?
7. Как хранится автомат?

#### Тестовые вопросы

##### **1. Калибр ствола АКМ:**

- а) 7,62 мм;
- б) 9 мм;
- в) 5,99 мм

##### **2. Прицельная дальность стрельбы АКМ:**

- а) 400 м;
- б) 3000 м;
- в) 1000 м.

##### **3. Дальность, на которой сохраняется убойное действие пули АКМ:**

- а) 400 м;
- б) 3000 м;
- в) 1500 м.

##### **4. Предельная дальность полета пули АКМ:**

- а) 1000 м;
- б) 3000 м;
- в) 5000 м.

**5. Вместимость магазина АКМ:**

- а) 45 патронов;
- б) 30 патронов;
- в) 29 патронов,

**6. Патроны, образца какого года используются в АКМ:**

- а) 1945 года;
- б) 1943 года;
- в) 1958 года.

**7. Масса АКМ в снаряженном состоянии:**

- а) 3,6 кг;
- б) 5,6 кг;
- в) 6,8 кг.

**8. Дальность полета бронебойно-зажигательной пули АКМ:**

- а) 400 м;
- б) 800 м;
- в) 300 м.

**9. Виды разборок АКМ:**

- а) полная;
- б) частичная;
- в) неполная.


**10. Как часто производят чистку автомата, если он не применялся?**

- а) ежедневно;
- б) раз в неделю;
- в) раз в месяц.



**ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО РЫБОЛОВСТВУ**  
**«Владивостокский морской рыбопромышленный колледж»**  
**федерального государственного бюджетного образовательного**  
**учреждения высшего образования**  
**«Дальневосточный государственный технический**  
**рыбохозяйственный университет»**  
**(«ВМРК» ФГБОУ ВО «ДАЛЬРЫБВТУЗ»)**

УТВЕРЖДАЮ  
Заместитель начальника  
колледжа по УВР

  
\_\_\_\_\_ Г.Л. Рубанова  
« 01 » сентября 2021г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
**ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

**БД.08 Основы безопасности жизнедеятельности**

**по специальности**

**26.02.05 Эксплуатация судовых энергетических установок**

ОДОБРЕН

Цикловой комиссией естественнонаучных  
и математических дисциплин

Председатель:



\_\_\_\_\_ Сухомлинова А.А.  
Протокол № 6 от 18.03.2021 г.

Разработчик: преподаватель Владивостокского морского  
рыбопромышленного колледжа А.А Сухомлинова

## СОДЕРЖАНИЕ

I Паспорт комплекта фондов оценочных средств .....	4
1 Область применения.....	4
2 Объекты оценивания – результаты освоения УД.....	4
3 Формы контроля и оценки результатов освоения УД.....	5
4 Система оценивания комплекта ФОС текущего контроля и промежуточной аттестации.....	8
II Текущий контроль и оценка результатов обучения УД.....	9
Тестовые задания по теме (разделу).....	10
III Промежуточная аттестация по УД.....	33
Спецификация контрольной работы.....	33
IV Итоговая аттестация.....	38
Спецификация дифференцированного зачета.....	38

## Паспорт комплекта фондов оценочных средств

### 1 Область применения

Комплект фондов оценочных средств (ФОС) предназначен для проверки результатов освоения учебной дисциплины (УД) Основы безопасности жизнедеятельности, профессиональной образовательной программы по специальностям СПО. Объем часов на аудиторную нагрузку по УД 68

### 2 Объекты оценивания – результаты освоения УД

Комплект ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения учебной дисциплины в соответствии с ФГОС специальностей СПО и рабочей программой дисциплины: Основы безопасности жизнедеятельности

#### • личностные:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и 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;

#### • 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

и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного по-

ведения;

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

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

– приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных

с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

– формирование установки на здоровый образ жизни;

– развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости,

гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать

необходимые умственные и физические нагрузки;

• предметные:

– 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 военной 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.

### 3 Формы контроля и оценки результатов освоения УД

Контроль и оценка результатов освоения – это выявление, измерение и оценивание знаний, умений.

В соответствии с учебным планом по специальностям СПО, рабочей программой дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности

предусматривается текущий, промежуточный и итоговый контроль результатов освоения.

#### 3.1 Формы текущего контроля

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала, регулярно осуществляемую на протяжении курса обучения.

Текущий контроль результатов освоения УД в соответствии с рабочей программой и календарно-тематическим планом происходит при использовании следующих обязательных форм контроля:

- выполнение и защита практических работ,
- проверка выполнения самостоятельной работы студентов,
- проверка выполнения тестирования.

Во время проведения учебных занятий дополнительно используются следующие формы текущего контроля – устный опрос, решение задач, тестирование по темам отдельных занятий.

Выполнение и защита практических работ. Практические работы проводятся с целью усвоения и закрепления практических умений и знаний. В ходе практической работы студенты приобретают умения, предусмотренные рабочей программой УД Основы безопасности жизнедеятельности, учатся использовать формулы, и применять различные методики расчета, анализировать полученные результаты и делать выводы, опираясь на теоретические знания.

#### **Список практических работ:**

Практическая работа №1. «Отработка практических действий обучаемых при ЧС».

Практическая работа №2. «Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения»

Практическая работа №3 «Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника»

Практическая работа №4 «Наложение повязок»

Содержание, этапы проведения и критерии оценивания практических работ представлены в методических указаниях по проведению практических работ.

Проверка выполнения самостоятельной работы. Самостоятельная работа направлена на самостоятельное освоение и закрепление студентами практических умений и знаний, овладение профессиональными компетенциями.

Самостоятельная подготовка студентов по УД Основы безопасности жизнедеятельности предполагает следующие виды и формы работы:

Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы.

Самостоятельное изучение материала и конспектирование лекций по учебной и специальной литературе.

Написание и защита доклада; подготовка к сообщению или беседе на занятии по заданной преподавателем теме.

Работа с нормативными материалами.

Оформление отчетов по практическим работам, и подготовка к их защите.

Написание докладов, рефератов.

Подготовка презентаций.

Задания для выполнения самостоятельной работы, методические рекомендации по выполнению и критерии их оценивания представлены в методических рекомендациях по организации и проведению самостоятельной работы студентов.

Сводная таблица по применяемым формам и методам текущего контроля и оценки результатов обучения

Результаты обучения

(освоенные умения, усвоенные знания)

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения

*Освоенные умения:*

-владение способами защиты населения от ЧС природного и техногенного характера;



- оценка выполнения практического задания;
- пользование средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценка выполнения практического задания;
- оказание первой медицинской помощи;
- оценка выполнения практического задания;
- вызов в случае необходимости служб экстренной помощи;
- оценка выполнения практического задания;

*Усвоенные знания;*

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности, репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него; вредные привычки и их профилактика
- оценка за реферат;
- зачеты по разделу программы.
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
- оценка результатов тестирования;
- способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия.
- оценка результатов контрольной работы;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- оценка результатов контрольной работы;
- предназначение, структура и задачи РСЧС;
- оценка результатов контрольной работы;
- предназначение, структура и задачи ГО
- оценка результатов контрольной работы;

### **3.2 Форма промежуточной аттестации**

Промежуточная аттестация по УД Основы безопасности жизнедеятельности–контрольная работа, спецификация которой содержится в данном комплекте ФОС.

Контрольная работа проводится за счет времени отведенного на изучение УД Основы безопасности жизнедеятельности.

4 Система оценивания комплекта ФОС текущего контроля и промежуточной аттестации

Система оценивания каждого вида работ описана в соответствующих методических рекомендациях и в спецификации к контрольным работам и итоговой аттестации.

При оценивании практической и самостоятельной работы студента учитывается следующее:

- качество выполнения практической части работы;
- качество оформления отчета по работе;
- качество устных ответов на контрольные вопросы при защите работы.

**Каждый вид работы оценивается по пяти бальной шкале.**

«5» (отлично) – за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором студент свободно и уверенно ориентируется; за умение практически применять теоретические знания, высказывать и обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа.

«4» (хорошо) – если студент полно освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно излагает ответ, но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) – если студент обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности, в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) – если студент имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

*Тест оценивается по пяти бальной шкале* следующим образом: стоимость каждого вопроса 1 балл. За правильный ответ студент получает 1 балл. За неверный ответ или его отсутствие баллы не начисляются.

Оценка «5» соответствует 86% – 100% правильных ответов.

Оценка «4» соответствует 73% – 85% правильных ответов.

Оценка «3» соответствует 53% – 72% правильных ответов.

Оценка «2» соответствует 0% – 52% правильных ответов.

## **II Текущий контроль и оценка результатов обучения УД**

1 Назначение тестовой работы – оценить уровень подготовки студентов по УД Основы безопасности жизнедеятельности с целью текущей проверки знаний и умений.

2 Содержание тестовой работы определяется в соответствии с рабочей программой УД Основы безопасности жизнедеятельности.

3 Принципы отбора содержания тестовой работы:

ориентация на требования к результатам освоения УД Основы безопасности жизнедеятельности:

практический опыт для ведения здорового образа жизни;

- оказания первой медицинской помощи;

- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

умения:

владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения;

пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

оказывать первую медицинскую помощь;

вызывать в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи;

знания:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности, репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него
- вредные привычки и их профилактика;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
- способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия.

***основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;***

предназначение, структуру и задачи РСЧС;

предназначение, структуру и задачи Гражданской обороны

Тест оценивается по пяти бальной шкале следующим образом: стоимость каждого вопроса 1 балл. За правильный ответ студент получает 1 балл. За неверный ответ или его отсутствие баллы не начисляются.

Оценка «5» соответствует 86% – 100% правильных ответов.

Оценка «4» соответствует 73% – 85% правильных ответов.

Оценка «3» соответствует 53% – 72% правильных ответов.

Оценка «2» соответствует 0% – 52% правильных ответов.

**ВОПРОСЫ**

**ВАРИАНТ №1**

1. Что такое землетрясение:
  - а) подземные удары и колебания поверхности Земли;
  - б) область возникновения подземного удара;
  - в) проекция центра очага землетрясения на земную поверхность.
2. Наиболее подходящие места для укрытия в здании при землетрясении:
  - а) места под прочно закрепленными столами, рядом с кроватями, у колонн, проемы в капитальных внутренних стенах, углы, образованные капитальными внутренними стенами, дверные проемы;
  - б) места под подоконником, внутри шкафов, комодов, гардеробов, углы, образованные внутренними перегородками;
  - в) вентиляционные шахты и короба, балконы и лоджии места внутри кладовок и встроенных шкафов.

3. Причины образования селей:

- а) подвижки земной коры или землетрясения, естественный процесс разрушения гор, извержение вулканов, хозяйственная деятельность человека;
- б) наводнения, вызванные авариями на гидросооружениях, лесные и торфяные пожары, прямое воздействие солнечных лучей на ледники;
- в) нарушение почвенного покрытия в результате хозяйственной деятельности человека, отсутствие растительности на горных склонах, массовая миграция животных в осенне-зимний период.

4. Разрушительная сила урагана заключается в совместном действии:

- а) ветра и воды;
- б) воды и атмосферного давления; в) атмосферного давления и ветра; г) ветра и верхнего слоя земли.

5. Вынужденную самостоятельную эвакуацию во время внезапного наводнения необходимо начинать тогда, когда уровень воды:

- а) достиг отметки вашего пребывания и создается реальная угроза вашей жизни;
- б) затопил подвальные помещения и достиг первого этажа здания, где вы находитесь;
- в) станет резко подниматься.

6. Производственные аварии и катастрофы относятся к:

- а) ЧС техногенного характера;
- б) ЧС экологического характера;
- в) ЧС природного характера;
- г) стихийным бедствиям.

6. При оповещении об аварии на радиационно-опасном объекте необходимо:

- а) включить радио и выслушать сообщение, освободить от продуктов питания холодильник и вынести скоропортящиеся продукты и мусор, выключить газ, электричество, погасить огонь в печи, взять необходимые продукты питания, вещи и документы, надеть средства индивидуальной защиты, вывесить на двери табличку: «В квартире жильцов нет» и следовать на сборный эвакуационный пункт;
- б) включить радио и выслушать сообщение, выключить газ, электричество, взять необходимые продукты питания, вещи и документы, надеть средства индивидуальной защиты, вывесить на двери табличку: «В квартире жильцов нет» и следовать на сборный эвакуационный пункт;
- в) включить радио и выслушать сообщение, освободить от продуктов питания холодильник, выключить газ, электричество, погасить огонь в печи, взять необходимые продукты питания, вещи и документы, надеть средства индивидуальной защиты и следовать на сборный эвакуационный пункт.

7. Назовите систему, созданную в России для предупреждения и ликвидации ЧС:

- а) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС;
- б) система наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды;
- в) система сил и средств для ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

8. Назовите закон, определяющий права и обязанности граждан России в области защиты от ЧС:

- а) Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
- б) Федеральный закон «Об обороне»;
- в) Закон Российской Федерации «О безопасности»;
- г) Федеральный закон «О гражданской обороне».

9. Гражданская оборона — это:

- а) система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;
- б) система обеспечения постоянной готовности органов государственного управления для быстрых и эффективных действий по организации первоочередного жизнеобеспечения населения при ведении военных действий на территории Российской Федерации;
- в) система мероприятий по прогнозированию, предотвращению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в военное время.

10. Ядерное оружие — это:

- а) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии;
- 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) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде)

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

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

12. Средства коллективной защиты — это:

- а) инженерные сооружения гражданской обороны для защиты от оружия массового поражения и других современных средств нападения;
- б) легкие сооружения для защиты населения от побочного действия атмосферы;
- в) средства защиты органов дыхания и кожи.

13. Кровотечение — это:

- а) истечение крови из кровеносных сосудов при нарушении целостности их стенок;
- б) потеря организмом какого-либо количества крови;
- в) выход крови наружу из поврежденных органов.

14. Какую информацию необходимо указать в записке, прикрепляемой к жгуту:

- а) дату и точное время (часы и минуты) наложения жгута;
- б) фамилию, имя, отчество пострадавшего, время получения ранения;
- в) фамилию, имя, отчество пострадавшего, время наложения жгута

15. При оказании первой" медицинской помощи в случае перелома запрещается:

- а) вставлять на место обломки костей и вправлять на место вышедшую кость;
- б) проводить иммобилизацию поврежденных конечностей;
- в) останавливать кровотечение.

16. Все продукты питания могут быть поделены на группы:

- а) животного и растительного происхождения;
- б) минеральные и искусственные;
- в) мясные и молочные.

17. Личная гигиена включает в себя выполнение гигиенических правил, требований и норм, направленных:

- а) на сохранение здоровья отдельного человека, его работоспособности, активного долголетия, профилактику инфекционных и неинфекционных заболеваний;
- б) на точное выполнение законов природы, влияющих на здоровье человека и его безопасную жизнедеятельность в условиях среды активного обитания;
- в) на постоянное поддержание здоровья человек независимо от воздействия на него внешних (физических, химических, психических, социальных и т. п.) и внутренних факторов природной среды

18. Какова последовательность оказания первой помощи при алкогольном отравлении:

- а) уложить пострадавшего на бок и очистить ему дыхательные пути, промыть желудок, положить на голову холодный компресс, дать пострадавшему понюхать ватку с нашатырным спиртом, вызвать «скорую помощь»;
- б) уложить пострадавшего на спину и очистить ему дыхательные пути, промыть желудок, положить к ногам теплую грелку, дать пострадавшему понюхать ватку с нашатырным спиртом, вызвать «скорую помощь»;
- в) уложить пострадавшего на бок, промыть желудок, положить на голову холодный компресс, дать пострадавшему понюхать ватку с нашатырным спиртом.

ВАРИАНТ №2

1. Причиной землетрясения может стать:

- а) сдвиг в скальных породах земной коры, разлом, вдоль, которого один скальный массив с огромной силой трется о другой;

- б) волновые колебания в скальных породах;
- в) строительство очистных сооружений в зонах тектонических разломов.

2. Вы находитесь дома один. Вдруг задрожали стекла и люстра, с полок начали падать посуда и книги. Вы срочно:

- а) займете место в дверном проеме;
- б) позвоните родителям на работу, чтобы предупредить о происшествии и договориться о месте встречи;
- в) закроете окна и двери, перейдете в подвальное помещение или защитное сооружение.

3. Основная причина крупных обвалов:

- а) землетрясения;
- б) таяние ледников;
- в) ураганы;
- г) наводнения.

4. Лучшая защита от смерча:

- а) подвальные помещения, подземные сооружения;
- б) мосты, большие деревья;
- в) будки на автобусных остановках.

5. При заблаговременном оповещении о приближении цунами прежде всего необходимо:

- а) включить телевизор, радио, выслушать сообщения и рекомендации;
- б) открыть окна и двери нижних этажей;
- в) выйти из здания и направиться как можно ближе к побережью.

6. Производственные аварии и катастрофы относятся к:

- а) ЧС техногенного характера;
- б) ЧС экологического характера;
- в) ЧС природного характера;
- г) стихийным бедствиям.

7. Последствиями аварий на химически опасных предприятиях могут быть:

- а) заражение окружающей среды и массовые поражения людей, растений и животных опасными ядовитыми веществами;
- б) разрушение наземных и подземных коммуникаций, промышленных зданий в результате действий ударной волны;
- в) резкое повышение или понижение атмосферного давления в зоне аварии и на прилегающей к ней территории.

8. При движении по зараженной радиоактивными веществами местности необходимо:

а) находиться в средствах индивидуальной защиты, избегать движения по высокой траве и

кустарнику, без надобности не садиться и не прикасаться к местным предметам, не принимать пищу, не пить, не курить, не поднимать пыль и не ставить вещи на землю;

б) периодически снимать средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи и отряхивать их от пыли, двигаться по высокой траве и кустарнику, принимать пищу и пить только при ясной безветренной погоде;

в) находиться в средствах индивидуальной защиты, периодически снимать и отряхивать их от пыли, двигаться по высокой траве и кустарнику, не принимать пищу, не пить, не курить, не поднимать пыль и не ставить вещи на землю.

9. РСЧС создана с целью:

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

б) прогнозирования ЧС на территории Российской Федерации и организации проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ;

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

10. Назовите закон, определяющий права и обязанности граждан России в области защиты от ЧС:

а) Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;

б) Федеральный закон «Об обороне»;

в) Закон Российской Федерации «О безопасности»;

г) Федеральный закон «О гражданской обороне».

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

а) при органах исполнительной власти субъектов Российской Федерации;

б) при органах внутренних дел субъектов Российской Федерации;

в) при военных округах на территории Российской Федерации.

12. 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.

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



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

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

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

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

б) от всех поражающих факторов ядерного взрыва;

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

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

15. Из приведенных определений здоровья выберите то, которое принято Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ):

а) здоровье человека — это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков;

б) здоровье человека — это отсутствие у него болезней, а также оптимальное сочетание здорового образа жизни с умственным и физическим трудом;

в) "здоровье человека" — это отсутствие болезней и физических недостатков.

16. Кровотечение бывает следующих видов:

а) венозное, артериальное, капиллярное, паренхиматозное, смешанное;

б) венозное, артериальное, легочное, носовое;

в) поверхностное, глубокое, смешанное.

17. Какова последовательность оказания первой медицинской помощи при растяжении:

а) приложить холод и наложить тугую повязку на поврежденное место, обеспечить покой поврежденной конечности, придав ей возвышенное положение, и доставить пострадавшего в медицинское учреждение;

б) наложить тугую повязку на поврежденное место, обеспечить покой поврежденной конечности, опустив ее как можно ниже к земле, и доставить пострадавшего в медицинское учреждение;

в) нанести йодную сетку на поврежденное место, обеспечить покой поврежденной конечности, придав ей возвышенное положение, и доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

18. Какие основные функции выполняет питание в жизни человека:

а) поддерживает биологическую жизнь и обеспечивает постоянный обмен веществ и энергии между организмом человека и окружающей средой;

б) снижает психологические и физические нагрузки;

в) осуществляет необходимое взаимодействие между духовным и физическим здоровьем.

### ВАРИАНТ №3

1. Признаками приближающегося землетрясения могут быть следующие явления:

а) голубоватое свечение внутренней поверхности домов, искрение близко расположенных

(но не соприкасающихся) электрических проводов, запах газа в районах, где раньше этого неотмечалось, вспышки в виде рассеянного света зарниц;

б) резкое изменение погодных условий, самовоспламенение и самовозгорание горючих веществ и материалов, выпадение обильных осадков в виде дождя или снега;

в) короткое замыкание электросети, непонятный гул, качание люстры и дрожание стекол на окнах.

2. В какой последовательности вы постараетесь действовать, если, находясь дома, неожиданно почувствовали толчки, дребезжание стекла, посуды, а времени, чтобы выбежать из здания, нет:

а) отключить электричество, газ, воду, отойти от окон и предметов мебели, которые могут упасть, занять безопасное место в проеме дверей;

б) позвонить в аварийную службу, отключить электричество, газ, воду, занять место у окна;

в) закрыть окна и двери и занять безопасное место в шкафу.

3. Во время прохождения лавиноопасного участка в горах вы с группой туристов увидели внезапный сход снежной лавины. Опасность попадания в лавину велика. Ваши действия:

а) укроетесь за скалой или ее выступом, ляжете и прижметесь к земле, закрыв голову руками;

б) быстро начнете организованный выход из лавиноопасного участка;

в) разделитесь на несколько групп, каждая из которых начнет самостоятельно спускаться в долину;

г) при помощи веревок закрепитесь за большие камни.

4. При заблаговременном оповещении об угрозе бурь, ураганов, смерчей необходимо:

а) включить телевизор, радио и выслушать рекомендации;

б) закрыть все окна и двери;

в) выйти из дома и укрыться под ближайшим большим деревом.

5. Вынужденную самостоятельную эвакуацию во время внезапного наводнения необходимо начинать тогда, когда уровень воды:

а) достиг отметки вашего пребывания и создается реальная угроза вашей жизни;

б) затопил подвальные помещения и достиг первого этажа здания, где вы находитесь;

в) станет резко подниматься.

6. Причиной взрывов на промышленных предприятиях может быть:

а) несвоевременное проведение ремонтных работ, повышение температуры и давления внутри производственного оборудования;

б) понижение давления в технологическом оборудовании, отсутствие специальных приборов, указывающих превышение концентрации химически опасных веществ;

в) отсутствие специальных устройств удаления дыма, легко сбрасываемых конструкций на взрывоопасных производствах, наличие инертных газов в зоне взрыва.

7. Выходить из зоны химического заражения следует:

- а) перпендикулярно направлению ветра;
- б) по направлению ветра;
- в) навстречу потоку ветра.

8. При проживании в районе с повышенным радиационным фоном и радиоактивным загрязнением местности, сложившимся в результате аварии на АЭС, вам по необходимости приходится выходить на улицу (открытую местность). Какие санитарно-гигиенические мероприятия вы должны выполнить при возвращении в дом (квартиру)? Ваши действия и их последовательность:

- а) верхнюю одежду повесить в специально отведенном месте у входа в дом, обувь ополоснуть в специальной емкости с водой, протереть влажной тканью и оставить у порога, принять душ с мылом;
- б) перед входом в дом снять одежду и вытряхнуть из нее пыль, воду из емкости вылить в канализацию, войдя в помещение, верхнюю одежду повесить в плотно закрывающийся шкаф, вымыть руки и лицо;
- в) верхнюю одежду повесить в специально отведенном месте у входа в дом, предварительно вытряхнув из нее пыль, обувь ополоснуть в специальной емкости с водой и поставить в плотно закрывающийся шкаф, воду из емкости вылить в канализацию, войдя в помещение, вымыть руки и лицо.

9. Какие пять уровней имеет РСЧС:

- а) объектовый, местный, территориальный, региональный, федеральный;
- б) производственный, поселковый, территориальный, региональный, федеральный;
- в) объективный, местный, районный, региональный, республиканский.

10. Назовите закон, определяющий права и обязанности граждан России в области защиты от ЧС:

- а) Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
- б) Федеральный закон «Об обороне»;
- в) Закон Российской Федерации «О безопасности»;
- г) Федеральный закон «О гражданской обороне».

11. Начальником гражданской обороны образовательного учреждения является:

- а) руководитель общеобразовательного учреждения;
- б) специально уполномоченный представитель органов местного самоуправления;
- в) один из заместителей руководителя общеобразовательного учреждения, прошедший специальную подготовку.

12. Световое излучение — это:

- а) поток лучистой энергии, включающей ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи;
- б) поток невидимых нейтронов;
- в) скоростной поток продуктов горения, изменяющий концентрацию атмосферного воздуха.

13. 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.

14. Самым надежным способом остановки кровотечения в случае повреждения крупных артериальных сосудов рук и ног является:

- а) наложение жгута;
- б) пальцевое прижатие;
- в) наложение давящей повязки;
- г) максимальное сгибание конечности.

15. Одной из составляющих здорового образа жизни является:

- а) оптимальный уровень двигательной активности;
- б) малоподвижный образ жизни;
- в) небольшие и умеренные физические нагрузки;
- г) курение и употребление алкоголя в небольших количествах.

16. Одним из лучших материалов для изготовления одежды являются:

- а) хлопчатобумажные ткани;
- б) искусственные материалы;
- в) полимерные волокна;
- г) прорезиненные ткани.

17. Алкоголизм — это:

- а) заболевание на почве пьянства, в большинстве случаев с неблагоприятным прогнозом;
- б) кратковременное состояние алкогольного опьянения;
- в) умеренное потребление спиртных напитков.

18. СПИД практически всегда передается следующим образом:

- а) при половом контакте с инфицированным человеком, через недостаточно

простерилизованные медицинские инструменты, при переливании крови;

- б) через пищу, пищевые продукты, предметы домашнего обихода, через кровососущих насекомых;
- в) при поцелуях, рукопожатиях, объятиях, при пользовании общественным туалетом, душем, бассейном.

#### ВАРИАНТ №4

1.. При землетрясении необходимо попытаться:

- а) отключить электричество, эвакуироваться из здания, занять место вдали от зданий и линий электропередачи;
- б) забить окна, попытаться быстро покинуть здание и поехать (пойти) домой;
- в) успокоить домашних животных, быстро занять место на балконе или подальше от капитальных стен.

2. Разрушительная сила урагана заключается в совместном действии:

- а) ветра и воды;
- б) воды и атмосферного давления; в) атмосферного давления и ветра; г) ветра и верхнего слоя земли.

3. При заблаговременном оповещении о наводнении необходимо:

- а) включить телевизор, радио, выслушать сообщения и рекомендации;
- б) открыть окна и двери нижних этажей;
- в) перенести на нижние этажи ценные вещи.

4. При внезапном приходе цунами вы решили остаться в здании. Из всех необходимых действий вы прежде всего:

- а) закроете двери на запоры;
- б) спуститесь вниз как можно ближе к выходу;
- в) подниметесь на верхние этажи.

5. Если вы оказались в лесу, где возник пожар, то необходимо:

- а) определить направление ветра и огня и быстро выходить из леса в наветренную сторону;
- б) оставаться на месте до приезда пожарных;
- в) определить направление ветра и огня и быстро выходить из леса в подветренную сторону.

6. В случае оповещения об аварии с выбросом АХОВ последовательность ваших действий:

- а) включить радио, выслушать рекомендации, надеть средства защиты, закрыть окна, отключить газ, воду, электричество, погасить огонь в печи, взять необходимые вещи, документы и продукты питания, укрыться в убежище или покинуть район аварии;
- б) включить радио, выслушать рекомендации, надеть средства защиты, взять необходимые вещи, документы и продукты питания, укрыться в убежище или покинуть район аварии;
- в) надеть средства защиты, закрыть окна, отключить газ; воду, электричество, погасить огонь в печи, взять необходимые вещи, документы и продукты питания, укрыться в убежище или покинуть район аварии.

7. Назовите систему, созданную в России для предупреждения и ликвидации ЧС:

- а) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС;
- б) система наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды;
- в) система сил и средств для ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

8. Федеральный закон «О гражданской обороне» определяет задачи в области гражданской обороны и правовые основы их осуществления:

- а) при ведении военных действий;
- б) в мирное время;
- в) по решению органов местного самоуправления.

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

- а) 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;
- б) с момента объявления или введения Президентом Российской Федерации чрезвычайного положения на территории Российской Федерации или в отдельных ее местностях;
- в) с началом объявления о мобилизации взросло населения.

10. Электромагнитный импульс — это:

- а) кратковременное электромагнитное поле, возникающее при взрыве боеприпаса в результате взаимодействия гамма-лучей и нейтронов, испускаемых при ядерном взрыве, с атомами окружающей среды;
- б) кратковременный электрический разряд большой мощности, возникающий в эпицентре ядерного взрыва и способный выводить из строя электроприборы, электрооборудование и электроустановки на больших расстояниях, в зависимости от зоны действия взрыва;
- в) электромагнитные соединения, которые способны поражать людей и животных на больших площадях и проникать в различные сооружения.

11. 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.

12. От каких поражающих факторов защищает противорадиационное укрытие:

- а) от радиоактивного заражения;
- б) от химического и бактериологического оружия;
- в) от ударной волны, радиоактивного заражения и химического оружия.

13. Частичную санитарную обработку при заражении капельно-жидкими отравляющими веществами проводят немедленно. Для этого необходимо:

- а) не снимая противогаза, обработать открытые участки кожи, на которые попало ОВ, а затем зараженные места одежды и лицевую часть противогаза раствором из индивидуального противохимического пакета;
- б) снять противогаз, обработать его лицевую часть раствором из индивидуального противохимического пакета, затем обработать зараженные места одежды, снять ее и обработать тело;
- в) снять одежду и противогаз, раствором из индивидуального противохимического пакета обработать участки кожи, на которые попало ОВ, одежду и противогаз сдать.

14. . Возбудитель каких инфекций передается через укусы кровососущих насекомых:

- а) кровяные инфекции;
- б) кишечные инфекции;
- в) инфекции наружных покровов.

15. Кровотечение бывает следующих видов:

- а) венозное, артериальное, капиллярное, паренхиматозное, смешанное;
- б) венозное, артериальное, легочное, носовое;
- в) поверхностное, глубокое, смешанное.

16. Перед наложением давящей повязки на руку необходимо:

- а) обработать края раны перекисью водорода или слабым раствором марганцовки;
- б) обработать руку йодом;
- в) промыть руку водой и обработать ее зеленкой.

17. Определите последовательность оказания первой медицинской помощи при закрытых переломах:

- а) дать обезболивающее средство, провести иммобилизацию, на место перелома наложить холод, доставить пострадавшего в лечебное учреждение;
- б) дать обезболивающее средство, сделать перевязку, доставить пострадавшего в лечебное учреждение;
- в) на место перелома наложить тугую повязку, дать обезболивающее, доставить пострадавшего в лечебное учреждение.

18. Какие продукты питания способствуют здоровью зубов:

- а) овощи, богатые клетчаткой и кальцием;
- б) жирная пища;
- в) кондитерские, макаронные и мясные изделия.

#### ВАРИАНТ №5

1. При землетрясении необходимо попытаться:

- а) отключить электричество, эвакуироваться из здания, занять место вдали от зданий и линий электропередачи;
- б) забить окна, попытаться быстро покинуть здание и поехать (пойти) домой;
- в) успокоить домашних животных, быстро занять место на балконе или подальше от капитальных стен.

2. Безопасное естественное укрытие на улице во время урагана:

- а) овраг;
- б) большие деревья;
- в) крупные камни.

3. При внезапном наводнении до прибытия помощи следует:

- а) быстро занять ближайшее возвышенное место и оставаться там до схода воды, при этом подавать сигналы, позволяющие вас обнаружить;
- б) оставаться на месте и ждать указаний по телевидению (радио), при этом вывесить белое или цветное полотнище, чтобы вас обнаружили;
- в) спуститься на нижний этаж здания и подавать световые сигналы.

4. Неконтролируемое горение растительности, стихийно распространяющееся по лесной территории, — это:

- а) лесной пожар;
- б) стихийный пожар; в) природный пожар.

5. К поражающим факторам пожара относятся:

- а) открытый огонь, токсичные продукты горения;
- б) разрушение зданий и поражение людей за счет смещения поверхностных слоев земли;
- в) интенсивное излучение гамма-лучей, поражающее людей;



г) образование облака зараженного воздуха.

6. Выходить из зоны химического заражения следует:

- а) перпендикулярно направлению ветра;
- б) по направлению ветра;
- в) навстречу потоку ветра.

7. При оповещении об аварии на радиационно-опасном объекте необходимо:

- а) включить радио и выслушать сообщение, освободить от продуктов питания холодильник и вынести скоропортящиеся продукты и мусор, выключить газ, электричество, погасить огонь в печи, взять необходимые продукты питания, вещи и документы, надеть средства индивидуальной защиты, вывесить на двери табличку: «В квартире жильцов нет» и следовать на сборный эвакуационный пункт;
- б) включить радио и выслушать сообщение, выключить газ, электричество, взять необходимые продукты питания, вещи и документы, надеть средства индивидуальной защиты, вывесить на двери табличку: «В квартире жильцов нет» и следовать на сборный эвакуационный пункт;
- в) включить радио и выслушать сообщение, освободить от продуктов питания холодильник, выключить газ, электричество, погасить огонь в печи, взять необходимые продукты питания, вещи и документы, надеть средства индивидуальной защиты и следовать на сборный эвакуационный пункт.

8. Назовите систему, созданную в России для предупреждения и ликвидации ЧС:

- а) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС;
- б) система наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды;
- в) система сил и средств для ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

9. Назовите закон, определяющий права и обязанности граждан России в области защиты от ЧС:

- а) Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
- б) Федеральный закон «Об обороне»;
- в) Закон Российской Федерации «О безопасности»;
- г) Федеральный закон «О гражданской обороне».

10. Гражданская оборона — это:

- а) система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;
- б) система обеспечения постоянной готовности органов государственного управления для быстрых и эффективных действий по организации первоочередного жизнеобеспечения населения при ведении военных действий на территории Российской Федерации;
- в) система мероприятий по прогнозированию, предотвращению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в военное время.

11. Спасательная группа общеобразовательного учреждения состоит из:

- а) противопожарного звена, звена оказания первой медицинской помощи, спасательных звеньев;
- б) звена связи и оповещения, звена обслуживания защитных сооружений, поста радиационного и химического контроля;
- в) звена жизнеобеспечения, звена общественного питания, звена эвакуации и рассредоточения.

12. 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.

13. 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.

14. 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.

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

- а) от всех поражающих факторов ядерного взрыва, от химического и бактериологического оружия;
- б) от всех поражающих факторов ядерного взрыва;
- в) от химического и бактериологического оружия, а также радиоактивного заражения;
- г) от ударной волны ядерного взрыва и обычных средств поражения.

16. Частичную санитарную обработку при заражении капельно-жидкими отравляющими веществами проводят немедленно. Для этого необходимо:

- а) не снимая противогаза, обработать открытые участки кожи, на которые попало ОВ, а затем зараженные места одежды и лицевую часть противогаза раствором из индивидуального противохимического пакета;
- б) снять противогаз, обработать его лицевую часть раствором из индивидуального противохимического пакета, затем обработать зараженные места одежды, снять ее и обработать тело;
- в) снять одежду и противогаз, раствором из индивидуального противохимического пакета обработать участки кожи, на которые попало ОВ, одежду и противогаз сдать.

17. Какую информацию необходимо указать в записке, прикрепляемой к жгуту:

- а) дату и точное время (часы и минуты) наложения жгута;
- б) фамилию, имя, отчество пострадавшего, время получения ранения;
- в) фамилию, имя, отчество пострадавшего, время наложения жгута, фамилию, имя, отчество наложившего жгут.

18. Пассивный курильщик — это человек:

- а) находящийся в одном помещении с курильщиком;
- б) выкуривающий до двух сигарет в день;
- в) выкуривающий одну сигарету натошак.

#### ВАРИАНТ №6

1. Вынужденную самостоятельную эвакуацию во время внезапного наводнения необходимо начинать тогда, когда уровень воды:

- а) достиг отметки вашего пребывания и создается реальная угроза вашей жизни;
- б) затопил подвальные помещения и достиг первого этажа здания, где вы находитесь;
- в) станет резко подниматься.

2. Если вы оказались в зоне лесного пожара, то прежде всего необходимо:

- а) для преодоления недостатка кислорода пригнуться к земле и дышать через мокрый платок (одежду);
- б) накрыть голову и верхнюю часть тела мокрой одеждой и окунуться в ближайший водоем;
- в) не обгонять лесной пожар, а двигаться под прямым углом к направлению распространения огня.

3. При движении по зараженной радиоактивными веществами местности необходимо:

- а) находиться в средствах индивидуальной защиты, избегать движения по высокой траве и кустарнику, без надобности не садиться и не прикасаться к местным предметам, не принимать пищу, не пить, не курить, не поднимать пыль и не ставить вещи на землю;
- б) периодически снимать средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи и отряхивать их от пыли, двигаться по высокой траве и кустарнику, принимать пищу и пить только при ясной безветренной погоде;
- в) находиться в средствах индивидуальной защиты, периодически снимать и отряхивать их от пыли, двигаться по высокой траве и кустарнику, не принимать пищу, не пить, не курить, не поднимать пыль и не ставить вещи на землю.

4. ЕГС ЧС создана с целью:

- а) объединения усилий органов власти, организаций и предприятий, их сил и средств в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;
- б) прогнозирования ЧС на территории Российской Федерации и организации проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ;
- в) первоочередного жизнеобеспечения населения, пострадавшего в чрезвычайных ситуациях на территории Российской Федерации.

5. Федеральный закон «О гражданской обороне» определяет задачи в области гражданской обороны и правовые основы их осуществления:

- а) при ведении военных действий;
- б) в мирное время;
- в) по решению органов местного самоуправления.

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

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

7. Ядерное оружие — это:

- а) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии;
- 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) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землей (под водой).

8. Что может служить защитой от светового излучения:

- а) любые преграды, не пропускающие свет: укрытия, тень густого дерева, забор и т.п.;
- б) простейшие средства защиты кожи и органов дыхания;
- в) различные водоемы и источники воды.

9. Электромагнитный импульс — это:

- а) кратковременное электромагнитное поле, возникающее при взрыве боеприпаса в результате взаимодействия гамма-лучей и нейтронов, испускаемых при ядерном взрыве, с атомами окружающей среды;

б) кратковременный электрический разряд большой мощности, возникающий в эпицентре ядерного взрыва и способный выводить из строя электроприборы, электрооборудование и электроустановки на больших расстояниях, в зависимости от зоны действия взрыва;

в) электромагнитные соединения, которые способны поражать людей и животных на больших площадях и проникать в различные сооружения.

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

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

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

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

11. От каких поражающих факторов защищает противорадиационное укрытие:

а) от радиоактивного заражения;

б) от химического и бактериологического оружия;

в) от ударной волны, радиоактивного заражения и химического оружия.

12. Кровотечение бывает следующих видов:

а) венозное, артериальное, капиллярное, паренхиматозное, смешанное;

б) венозное, артериальное, легочное, носовое;

в) поверхностное, глубокое, смешанное.

13. Частичную санитарную обработку при заражении капельно-жидкими отравляющими веществами проводят немедленно. Для этого необходимо:

а) не снимая противогаза, обработать открытые участки кожи, на которые попало ОВ, а затем зараженные места одежды и лицевую часть противогаза раствором из индивидуального противохимического пакета;

б) снять противогаз, обработать его лицевую часть раствором из индивидуального противохимического пакета, затем обработать зараженные места одежды, снять ее и обработать тело;

в) снять одежду и противогаз, раствором из индивидуального противохимического пакета обработать участки кожи, на которые попало ОВ, одежду и противогаз сдать.

14. Передача каких инфекций осуществляется воздушно-капельным или воздушно-пылевым путем:

а) инфекции дыхательных путей;

б) кишечные инфекции;

в) кровяные инфекции.

15. Причинами переутомления являются:

а) неправильная организация труда и чрезмерная учебная нагрузка;

б) продолжительный сон и продолжительный активный отдых;

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

16. Признаками перелома являются:

- а) нарушение функции конечности, сильная боль при попытке движения ею, деформация и некоторое ее укорочение, подвижность костей в необычном месте; б) тошнота и рвота, нарушение функции конечности, ее деформация и подвижность;
- в) временная потеря зрения и слуха, появление сильной боли при попытке движения конечностью.

17. Различают три стадии никотиновой зависимости. По описаниям, приведенным ниже, определите вторую стадию никотиновой зависимости.

- а) постоянное курение от 5 до 15 сигарет в день, появляется небольшая физическая зависимость, прекращение курения вызывает трудно переносимую физическую и психическую зависимость, которая снимается при выкуривании очередной сигареты;
- б) постоянное курение от 1 до 1,5 пачек в день, вырабатывается привычка курить натощак, сразу после еды и среди ночи, привыкание к табаку очень сильное, прекращение курения вызывает тяжелое состояние курильщика. Выражены изменения в нервной системе и внутренних органах. Общая картина токсического разрушения организма характеризуется как заболевание;
- в) эпизодическое курение не более 5 сигарет в день, никотиновой абстиненции не наблюдается (т. е. прекращение курения не вызывает никаких расстройств), небольшие изменения в деятельности нервной системы полностью обратимы.

18. Алкоголизм — это:

- а) заболевание на почве пьянства, в большинстве случаев с неблагоприятным прогнозом;
- б) кратковременное состояние алкогольного опьянения;
- в) умеренное потребление спиртных напитков.

III Промежуточная аттестация по УД

### **Спецификация письменной контрольной работы**

по УД Основы безопасности жизнедеятельности

1 Назначение письменной контрольной работы – оценить уровень подготовки студентов по УД Основы безопасности жизнедеятельности с целью текущей проверки знаний и умений.

2 Содержание письменной контрольной работы определяется в соответствии с рабочей программой УД Основы безопасности жизнедеятельности.

3 Принципы отбора содержания письменной контрольной работы:

ориентация на требования к результатам освоения :

- личностных:

– развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и 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;

• метапредметных:

– 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 выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

– формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения

и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

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

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

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

– формирование установки на здоровый образ жизни;

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

• предметных:

– 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 различные 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 военной 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.

#### 4 Структура письменной контрольной работы

4.1 Письменная контрольная работа включает 2 варианта заданий, каждый из которых состоит из обязательной и дополнительной части: обязательная часть содержит 4 вопроса, дополнительная часть – 1 вопрос.

4.2 Задания дифференцируются по уровню сложности. Обязательная часть включает задания, составляющие необходимый и достаточный минимум усвоения знаний и умений в соответствии с рабочей программы УД. Дополнительная часть включает задание более высокого уровня сложности.

4.3 Задания письменной контрольной работы предлагаются в традиционной форме.

4.4 Варианты письменной контрольной работы равноценны по трудности, одинаковы по структуре, параллельны по расположению заданий: под одним и тем же порядковым номером во всех вариантах письменной проверочной работы находится задание, проверяющее один и тот же элемент содержания темы.

5 Система оценивания отдельных заданий и письменной контрольной работы в целом

Каждое задание контрольной работы в традиционной форме оценивается по пяти бальной шкале:

«5» (отлично) – за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором студент свободно и уверенно ориентируется; научно-понятийным аппаратом; за умение практически применять теоретические знания, качественно выполнять все виды лабораторных и практических работ, высказывать и обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа (в устной или письменной форме) на практико-ориентированные вопросы; обоснование собственного высказывания с точки зрения известных теоретических положений.

«4» (хорошо) – если студент полно освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно излагает ответ (в устной или письменной форме), но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) – если студент обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) – если студент имеет разрозненные, бессистемные знания по курсу, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

5.2 Итоговая оценка за контрольную работу определяется как средний балл по всем заданиям (вопросам).

6. Время выполнения письменной контрольной работы

На выполнение письменной контрольной работы отводится 90 минут.

## ЛИТЕРАТУРА

### Основная

1. Ким С.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 кл. - М.: Просвещение, 2021.
2. Аюбов Э.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 и 11 кл. - М.: Просвещение, 2021.

### Дополнительная

3. 100 вопросов- 100 ответов о прохождении военной службы солдатами и сержантами по призыву и по контракту: Сборник -2020г.
4. Армия государства Российского и защита Отечества, под редакцией В.В.Смирнова - 2020 г.
5. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10-11 кл., 2020 г.
6. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 кл., 2020 г.