

Бюджетное профессиональное образовательное учреждение Чувашской Республики
«Чебоксарское музыкальное училище (техникум) им. Ф.П. Павлова»
Министерства культуры, по делам национальностей и архивного дела Чувашской Республики

Утвержден приказом от 30.11.2021 №206/01-03

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

ОУП.09 Основы безопасности жизнедеятельности

по специальностям:

53.02.03 Инструментальное исполнительство (по видам инструментов)

53.02.02 Музыкальное искусство эстрады (по видам)

53.02.04 Вокальное искусство

53.02.05 Сольное и хоровое народное пение

53.02.06 Хоровое дирижирование

53.02.07 Теория музыки

Чебоксары, 2021

Фонд оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальностям СПО (углубленной подготовки):

- 53.02.02 Музыкальное искусство эстрады (по видам)
- 53.02.03 Инструментальное исполнительство (по видам инструментов)
- 53.02.04 Вокальное искусство
- 53.02.05 Сольное и хоровое народное пение
- 53.02.06 Хоровое дирижирование,
- 53.02.07 Теория музыки

в соответствии с рабочей программой учебного предмета **Основы безопасности жизнедеятельности.**

Разработчик:

Блашенко А.Н, преподаватель БПОУ «Чебоксарское музыкальное училище им.Ф.П. Павлова»

ОДОБРЕН
на заседании ПЦК общеобразовательных дисциплин

Протокол №12 от 11.11.2021г.

Содержание

1. Паспорт комплекта контрольно - оценочных средств.....	4
2. Результаты освоения учебного предмета, подлежащие проверке.....	5
3. Оценка освоения учебного предмета	10
3.1 Формы и методы оценивания.....	10
3.2 Типовые задания для оценки освоения учебного предмета.....	15
4. Контрольно-оценочные материалы для промежуточной аттестации по учебному предмету.....	30
4.1 Типовые задания для оценки освоения учебного предмета.....	35
5. Приложения. Задания для оценки освоения учебного предмета.....	39

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств

В результате освоения учебного предмета **Основы безопасности жизнедеятельности** обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальностям СПО (углубленной подготовки):

- 53.02.02 Музыкальное искусство эстрады (по видам)
- 53.02.03 Инструментальное исполнительство (по видам инструментов)
- 53.02.04 Вокальное искусство
- 53.02.05 Сольное и хоровое народное пение
- 53.02.06 Хоровое дирижирование
- 53.02.07 Теория музыки

Формой аттестации по учебному предмету является:

1. Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета. Итог зачета – отметка.

2. Результаты освоения учебного предмета, подлежащие проверке

В процессе освоения программы учебного предмета осуществляется контроль:

- промежуточных результатов, обеспечивающих формирование конечных результатов учебного предмета,
- следующих общих компетенций: ОК 10.
- следующих личностных результатов: ЛР 1-12.

В результате аттестации по учебному предмету осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, компонентов следующих профессиональных компетенций, а также динамика формирования общих компетенций:

Таблица 1.

Результаты обучения: умения, знания, профессиональные и общие компетенции	Показатели оценки результата	Форма контроля и оценивания
Уметь:		
<ul style="list-style-type: none"> У 1. владение навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, характера. 	<ul style="list-style-type: none"> Применять способы защиты в ЧС природного характера <p>Использовать имеющиеся силы и средства для защиты от опасностей</p>	<ul style="list-style-type: none"> тест; устный опрос. контрольная работа
<p>У 2 .</p> <ul style="list-style-type: none"> знание правил и владение навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях техногенного характера 	<ul style="list-style-type: none"> Применять способы защиты в ЧС техногенного характера <p>Использовать имеющиеся силы и средства для защиты от опасностей</p>	<ul style="list-style-type: none"> контрольная работа; тестирование. устный опрос
<p>У 3.</p> <ul style="list-style-type: none"> знание правил и владение навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера 	<ul style="list-style-type: none"> Применять способы защиты в ЧС техногенного характера <p>Использовать имеющиеся силы и средства для защиты от опасностей</p>	<ul style="list-style-type: none"> контрольная работа; тестирование устный опрос;
<p>У 4. умением сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях</p>	<ul style="list-style-type: none"> определять способы сохранения эмоциональной устойчивости в ЧС . применять методы сохранения психологической устойчивости в ЧС 	<ul style="list-style-type: none"> контрольная работа; тестирование устный опрос;

<p>У 5. Владение навыками оказания первой помощи пострадавшим;</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Определять экстренные состояния, требующие оказания первой помощи • Применять методы оказания первой помощи пострадавшим 	<ul style="list-style-type: none"> • контрольная работа; • тестирование • устный опрос;
<p>У 6. умение действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях</p>	<ul style="list-style-type: none"> • определять методы достижения психологической совместимости и бесконфликтного поведения 	<ul style="list-style-type: none"> • контрольная работа; • тестирование • устный опрос;
<p>ОК 10. Использовать умения и знания учебных дисциплин федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • применять приобретенные знания и умения в практической учебной деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> • контрольная работа; • тестирование;
<p>Знать:</p>		
<p>З 1.</p> <ul style="list-style-type: none"> • знание правил поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера. 	<ul style="list-style-type: none"> • определять основные опасности ЧС природного характера • применять способы защиты от ЧС природного характера • формировать правила безопасного поведения 	<ul style="list-style-type: none"> • тестирование; • устный опрос. • контрольная работа
<p>З 2.</p> <ul style="list-style-type: none"> • знание правил поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях техногенного характера. 	<ul style="list-style-type: none"> • определять основные опасности ЧС техногенного характера • применять способы защиты от ЧС техногенного характера • формировать правила безопасного поведения. 	<ul style="list-style-type: none"> • тестирование. • устный опрос • контрольная работа

<p>З 3.</p> <ul style="list-style-type: none"> знание правил поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера. 	<ul style="list-style-type: none"> определять основные опасности ЧС социального характера применять способы защиты от ЧС социального характера формировать правила безопасного поведения 	<ul style="list-style-type: none"> тестирование; устный опрос; контрольная работа.
--	---	---

Личностные результаты реализации программы воспитания	Показатели оценки результатов	Формы и методы контроля и оценки результатов
ЛР 1	<ul style="list-style-type: none"> самооценка события; подводит итоги выполненного задания 	Форма контроля: персонифицированная, качественная. Метод наблюдения, анализа продукта деятельности.
ЛР 2	<ul style="list-style-type: none"> самооценка события; подводит итоги выполненного задания 	Форма контроля: персонифицированная, качественная. Метод наблюдения.
ЛР 3	<ul style="list-style-type: none"> самооценка события; подводит итоги выполненного задания 	Форма контроля: персонифицированная, качественная. Метод наблюдения.
ЛР 4	<ul style="list-style-type: none"> самооценка события; подводит итоги выполненного задания 	Форма контроля: персонифицированная, качественная. Метод наблюдения.
ЛР 5	<ul style="list-style-type: none"> самооценка события; подводит итоги выполненного задания 	Форма контроля: персонифицированная, качественная. Метод наблюдения.
ЛР 6	<ul style="list-style-type: none"> самооценка события; подводит итоги выполненного задания 	Форма контроля: персонифицированная, качественная. Метод наблюдения.
ЛР 7	<ul style="list-style-type: none"> самооценка события; 	Форма контроля: персонифицированная,

	<ul style="list-style-type: none"> • подводит итоги выполненного задания 	качественная. Метод наблюдения.
ЛР 8	<ul style="list-style-type: none"> • самооценка события; • подводит итоги выполненного задания 	Форма контроля: персонифицированная, качественная. Метод наблюдения.
ЛР 9	<ul style="list-style-type: none"> • самооценка события; • подводит итоги выполненного задания 	Форма контроля: персонифицированная, качественная. Метод наблюдения.
ЛР 10	<ul style="list-style-type: none"> • самооценка события; • подводит итоги выполненного задания 	Форма контроля: персонифицированная, качественная. Метод наблюдения.
ЛР 11	<ul style="list-style-type: none"> • самооценка события; • подводит итоги выполненного задания 	Форма контроля: персонифицированная, качественная. Метод наблюдения.
ЛР 12	<ul style="list-style-type: none"> • самооценка события; • подводит итоги выполненного задания 	Форма контроля: персонифицированная, качественная. Метод наблюдения.

3. Оценка освоения учебного предмета (*текущий контроль*):

3.1. Формы и методы оценивания

Предметом оценки служат умения и знания, предусмотренные ФГОС по учебному предмету **Основы безопасности жизнедеятельности** направленные на формирование общих компетенций ОК10.

Контроль и оценка текущих результатов освоения учебного предмета осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, устного опроса, контрольной работы, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий как в рамках аудиторной, так и внеаудиторной самостоятельной работы.

Тестовые задания.

Тест № 1.

1. С какой целью создана РСЧС?

А) прогнозирование ЧС на территории Российской Федерации и проведение аварийно-спасательных и других неотложных работ

Б) объединение усилий органов центральной и исполнительной власти, субъектов Российской Федерации, городов и районов, а также организаций, учреждений и предприятий, их сил и средств для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций

В) обеспечение первоочередного жизнеобеспечения населения, пострадавшего в ЧС на территории Российской Федерации

Г) обеспечение военной безопасности Российской Федерации

2. Вы – в лесу, где возник пожар. Определите очередность действий.

1) быстро выходить из леса в сторону ветра

- 2) определить направление распространения огня
 - 3) выбрать маршрут выхода из леса в безопасное место
 - 4) определить направление ветра
- А) 4, 2, 3, 1
Б) 1, 2, 3, 4
В) 3, 2, 4, 1
Г) 2, 1, 4, 3
3. Определите очередность действия после оповещения об аварии на химическом предприятии неподалеку от вашего дома. У вас нет индивидуальных средств защиты, убежища, а также возможности выхода из зоны аварии:
- 1) включить радиоприемник, телевизор, прослушать информацию
 - 2) входные двери закрыть плотной тканью
 - 3) плотно закрыть все окна и двери
 - 4) герметизировать жилище
- А) 1, 2, 3, 4
Б) 2, 1, 3, 4
В) 4, 2, 1, 3
Г) 3, 2, 1, 4
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. При аварии на химически опасном объекте произошла утечка аммиака. Вы живете на четвертом этаже девятиэтажного дома. Как вы поступите, если ваш дом оказался в зоне заражения?
- А) останетесь в своей квартире
Б) укроетесь в подвале здания
В) подниметесь на верхний этаж
Г) проветрите помещение и останетесь в своей квартире
6. Какой сигнал ГО означает завывание сирены, прерывистые гудки предприятий и транспортных средств?
- А) Воздушная тревога
Б) Радиационная опасность
В) Внимание всем
Г) Химическая опасность
7. Из перечисленных ниже выберите одну причину вынужденного автономного существования в природных условиях:
- А) отсутствие средств связи
Б) несвоевременная регистрация туристической группы перед выходом на маршрут
В) крупный лесной пожар
Г) потеря компаса
8. Укажите число ростов общевойскового противогаса.
- А) 3
Б) 4
В) 5
Г) 6
9. 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
10. Признаки наркотического отравления — это:
- А) насморк, горечь во рту, залихватый беспричинный смех, пожелтение кожи
 - Б) тошнота и рвота, головокружение, кровотечение из носа, кашель, насморк
 - В) повышение мышечного тонуса, сужение зрачков и ослабление их реакции на свет, покраснение кожи
11. Начальником гражданской обороны образовательного учреждения является:
- А) специально уполномоченный представитель органов местного самоуправления
 - Б) руководитель образовательного учреждения
 - В) один из заместителей руководителя образовательного учреждения, прошедший специальную подготовку
12. Для чего создаются территориальные подсистемы РСЧС?
- А) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в городах и районах
 - Б) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в поселках и районах
 - В) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций на промышленных объектах
 - Г) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в субъектах Российской Федерации в пределах их территорий
13. Основным субъектом руководства борьбой с терроризмом и обеспечения ее необходимыми силами, средствами и ресурсами является:
- А) Правительство Российской Федерации
 - Б) Федеральное Собрание Российской Федерации
 - В) Федеральная служба безопасности Российской Федерации
 - Г) Совет безопасности Российской Федерации
14. Как вы считаете, почему после освобождения заложников нужно как можно быстрее покинуть самолет или автобус?
- А) сохраняется угроза взрыва или пожара
 - Б) может произойти повторный захват заложников
 - В) транспортное средство должно быть осмотрено следственными органами
15. Обнаружив подозрительную вещь (бесхозный предмет) в салоне общественного транспорта (автобуса, троллейбуса, трамвая) необходимо:
- А) попросить пассажиров отойти от бесхозного предмета, попросить водителя остановить транспорт, вынести бесхозный предмет и передать его сотруднику полиции
 - Б) опросить пассажиров, с целью установления хозяина вещи (предмета); если хозяин не установлен, немедленно выкинуть вещь (бесхозный предмет) в окно, предупредив об этом водителя
 - В) опросить пассажиров, с целью установления хозяина вещи (предмета); если хозяин не установлен, немедленно сообщить об этом водителю
16. Здоровый образ жизни — это:
- А) мировоззрение человека, которое складывается из знаний о здоровье
 - Б) индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья
 - В) система жизнедеятельности человека, в которой главной составляющей является отказ от вредных привычек
17. Из приведенных действий оказания первой помощи выберите те, которые запрещаются при переломах:
- А) иммобилизовать поврежденные конечности
 - Б) вставлять на место и вправлять кости
 - В) останавливать кровотечение
18. Почему в частных домах с печным отоплением нельзя закрывать печную заслонку раньше, чем прогорит все топливо?
- А) закрывать ее можно и нужно, чтобы не уходило тепло
 - Б) недогоревшее топливо задымит весь дом
 - В) в дом станет поступать угарный газ

19. Пожарный извещатель — это:

- А) предупреждающий знак пожарной безопасности на взрывопожароопасных предприятиях
- Б) первичное средство автоматического пожаротушения в многоэтажных и промышленных зданиях
- В) устройство, входящее в систему электрической пожарной сигнализации и предназначенное для подачи сигнала о пожаре

20. Основными и частыми причинами вынужденного автономного существования в условиях природной среды являются:

- А) потеря ориентировки на местности, потеря группы в результате отставания от неё, авария транспортных средств
- Б) сложные климатические условия в месте прохождения маршрута потеря запасов продуктов
- В) резкое изменение температурного режима, суточного режима в результате смены часовых поясов, питьевого режима и режима питания

Тест № 2

1. что такое ЗОЖ?

1) когда человек занимается спортом 2) жизнедеятельность, направленная на сохранение и улучшение здоровья 3) образ жизни без алкоголя, табака и наркотиков

2. Относится ли гигиена жилых и общественных помещений к компонентам ЗОЖ?

1) да; 2) нет.

3. Найдите среди приведённых ниже названий элементов образа жизни те, которые соответствуют ЗОЖ: а – малоподвижный образ жизни, б – ежедневная утренняя зарядка, в – ежедневное выполнение гигиенических процедур, г – употребление в пищу большого количества пироженых, мороженого, д – систематическое занятие спортивными играми, е – большое увлечение играми в карты, домино, лото, ж – систематическое курение, з – употребление в пищу оптимального количества разнообразных растительных, рыбных и мясных продуктов.

1) а, г, е, ж. 2) а, б, в, з. 3) б, в, д, з.

4. факторы сохраняющие здоровье: а- физическая активность; б- закаливание; в- полноценное питание г- умеренное потребление алкоголя; д- температурный комфорт; е- благоприятная экология; ж- конфликты тренирующие НС

1) все 2) все, кроме – г 3) а, б, в, е

5. что такое гиподинамия?

1) снижение функции гипофиза 2) пониженное кровяное давление
3) ограничение физической активности

6. что такое активный отдых?

1) отдых в движении 2) активные поиски места отдыха
3) активное использование отдыха на солнце

7. факторы, способствующие быстрому переходу от сонливости к активному бодрствованию:

1) тихая музыка и ограничение резких движений 2) физзарядка и водные процедуры

3) спокойная обстановка – полумрак, тепло

8. механизм воздействия ФУ на активность головного мозга после сна:

1) угнетающие кору головного мозга импульсы от рецепторов мышц 2) химические изменения в составе крови, возбуждающие средний мозг 3) возбуждающие импульсы, поступающие в кору головного мозга от рецепторов мышц

9. Условия правильного развития и функционирования опорно-двигательного аппарата и организма в целом: а – ограничение физических нагрузок; б – регулярный физический покой; в – регулярное воздействие физических нагрузок; г – интенсивная спортивная тренировка.

1) а, б; 2) в, г; 3) в. 7

10. влияние ФУ на ОДА:

1) способствуют правильному физическому развитию и тормозят рост 2) увеличивают массу мышц и прочность костей, усиливают иммунитет 3) улучшают физическое развитие и снижают память

11. что такое закаливание холодом?

1) повышение устойчивости организма путём регулярного прерывистого воздействия холодных процедур 2) система мер по организации закаливания 3) длительное непрерывное воздействие холода с последующим кратковременным нагреванием

12. что такое гигиена?

1) наука изучающая строение и функции организма и дающая рекомендации по сохранению здоровья 2) наука об окружающей среде и взаимоотношениях между человеком и атмосферой 3) наука, изучающая влияние факторов окружающей среды на организм человека и разрабатывающая мероприятия, предотвращающие вредное влияние их на здоровье

13. условия способствующие возникновению умственного утомления:

1) недостаточная освещённость, не соответствующее росту рабочее место, периодическое отвлечение на физическую работу 2) непроветренное помещение, плохое освещение, отсутствие перерывов, однообразие работы

14. что такое осанка?

1) правильное положение тела в пространстве 2) правильное положение частей тела при сидении, стоянии и ходьбе 3) правильные пропорции частей тела и внешний вид формы позвоночника

15. основные причины искривления позвоночника: а- несоответствие высоты парты росту ребёнка; б- ношение тяжёлого портфеля; в- использование вместо портфеля ранца; г- привычка ходить наклонив голову и туловище вперёд

1) все 2) все, кроме – в 3) а, б

16. Здоровье – это: а – способности организма противостоять эмоциональным и физическим стрессам, б – гармоничное существование души и тела человека, в – нахождение соматического и психического состояний в норме, г – когда каждый день болит в другом месте, д – термин, который обозначает состояние человека, возникающее как ответ на разнообразные экстремальные воздействия, е – способность сохранять соответствующую возрасту и полу психофизическую устойчивость в условиях постоянного изменения количественных и качественных единиц структурной и сенсорной информации, ж – когда ничего не болит.

1) всё перечисленное, 2) е, ж. 3) а, б.

17. Сегодня ведётся широкая пропаганда борьбы со СПИД-ом, ответьте, это верно, что: а- СПИД одно из самых тяжёлых, пока неизлечимых заболеваний, б – СПИД излечим, просто в нашей стране лекарств пока нет, в – СПИД можно получить любым путём, г – СПИД передаётся так же, как и любое ЗППП, д – им болеют наркоманы, проститутки, бомжи. Мне это не угрожает, е – СПИД-ом можно заразиться только при незащищённом половом контакте и через кровь, ж – у больной матери обязательно родится больной ребёнок. 8

1) б, в, г, д. 2) а, е, ж. 3) а, е.

18. Какие заболевания относятся к заболеваниям передающимся половым путём?
а – гонорея, б – сифилис, в – СПИД, г – молочница

1) все перечисленные и ещё другие, 2) а, б, в; 3) а, б, г.

19. дополните фразу: « многократное воздействие на поверхность тела разных температур посредством водных или воздушных ванн, вызывающее появление приспособленности организма к неблагоприятному воздействию низких и высоких температур называется:

1) закаливанием 2) акклиматизацией 3) адаптацией

20. закаливание воздухом это:

1) длительные прогулки на холоде 2) занятие зимними видами спорта

3) сон с открытым окном зимой

21. основные причины плоскостопия:

1) переноска тяжестей, ношение тесной обуви 2) лазание по канату и дефекты походки

3) ношение не по размеру большой обуви и раннее курение

ОТВЕТЫ: 1) 2, 2) 1, 3) 3, 4) 3, 5) 3, 6) 1, 7) 2, 8) 3, 9) 3, 10) 2, 11) 1, 12) 3, 13)

2, 14) 2

15) 2, 16) 2, 17) 3, 18) 2, 19) 1, 20) 2, 21) 1.

Тест № 3

ЗАДАНИЕ: выберите правильный ответ

1. к чему приводят курение и злоупотребление алкоголем: а- к психологической зависимости; б- к психической зависимости; в- к физической зависимости
1) б, в 2) а 3) все
2. какие средства массовой информации влияют на выбор образа жизни?
а – телевидение; б – журналы, газеты; в – радио; г – рекламные проспекты;
1) а, в; 2) все; 3) б, г.
3. кто способствовал широкому распространению табакокурения?
1) Магеллан 2) Колумб 3) Васко да Гама
- 4 кто способствовал распространению табакокурения в России?
1) Пётр 1; 2) Елизавета; 3) Екатерина 2
5. влияние никотина на кровеносные сосуды:
1) резко суживает мелкие артерии 2) увеличивает проницаемость капилляров
3) расширяет мелкие артерии и может вызвать кровотечения
6. наиболее частые заболевания, связанные с сосудосуживающим действием никотина: а- инфаркт миокарда, б- гангрена конечности, в- кровоточивость из носа и ушей, г- расширение вен нижних конечностей, д- гипотония
1) а, б 2) в, г 3) г, д
7. влияние курения на органы дыхания: а- хроническое заболевание плевры; б- предрасположенность к туберкулёзу лёгких; в- злокачественное перерождение тканей гортани и бронхов; г- предрасположенность к дифтерии⁹
1) а, б 2) б, в 3) в, г
8. как влияет курение на органы пищеварения?
1) снижает аппетит, способствует развитию гастрита и язвы 2) способствует возникновению аппендицита 3) угнетает перистальтику желудка и кишечника, вызывает перерождение клеток печени
9. что такое пассивное курение?
1) когда курят, но мало 2) вдыхание загрязнённого табачным дымом воздуха
3) когда держишь во рту курительную трубку, не зажигая табак
10. влияние алкоголя на органы пищеварения:
1) способствует развитию гастрита, язвы, рака желудка 2) резко угнетает функции поджелудочной железы 3) способствует возникновению туберкулёза толстого кишечника
11. влияние алкоголя, никотина и наркотиков на обмен веществ:
1) угнетают обмен белков и углеводов 2) «внедряются» в нормальный обмен и , оставаясь ядами, становятся необходимыми организму - возникает зависимость от них
3) отравляют организм не вмешиваясь в обмен веществ
12. влияние алкоголя на зрение:
1) снижается острота зрения 2) нарушается цветоощущение 3) возможно воспаление зрительного нерва
13. влияние алкоголя и других наркотиков на вестибулярный аппарат:
1) угнетение функции нарушения равновесия 2) разрастание эпителия внутри полукружных каналов 3) нарушение слуха
14. какие существуют виды наркоманий: а- опийная, б- героиновая, в- кокаиновая, г- гашишная, д- обусловленная приёмом галлюциногенов, е- вызванная приёмом снотворных препаратов
1) все 2) все, кроме – б 3) а, б, в, г
15. каковы виды токсикоманий: а- вызванные корректорами ЦНС, б- вдыхание паров органических растворителей и других средств бытовой химии, в- связанные со злоупотреблением успокоительных и снотворных средств
1) все 2) б, в 3) а, б
16. какой мировой опыт накоплен в борьбе с вредными привычками, связанными с употреблением алкоголя, табака, наркотиков: а- законодательные и ограничительные меры в области торговли этими веществами; б- пропаганда ЗОЖ; в- предупредительные в отношении здоровья меры
1) а, б 2) все 3) а, в

17. влияние курения на половую систему:

- 1) нарушение функций матки 2) повреждение тканей семенников и яичников
- 3) повреждение митохондрий яйцеклеток

18 влияние алкоголя на половую систему:

- 1) нарушение функции семенных пузырьков 2) повреждение генетического аппарата сперматозоидов и нарушение функций яичников 3) повреждение структуры мошонки

19. факторы, повреждающие голосовые связки и нарушающие звукообразование: а- курение и физические нагрузки, б- курение и спиртные напитки, в- простудные и некоторые инфекционные заболевания, г- громкая речь, д- частое и глубокое дыхание

- 1) все 2) все, кроме – д 3) б, в, г

20. когда проходит всемирный день борьбы с наркоманией?

- 1) 1 июня 2) 26 июня 3) 1 сентября

ОТВЕТЫ: на тест по вредным привычкам

- 1) 3, 2) 2, 3) 2, 4) 1, 5) 1, 6) 1, 7) 2, 8) 3, 9) 2, 10) 1, 11) 2, 12) 2, 13) 1, 14) 1, 15) 1, 16) 2, 17) 2, 18) 2, 19) 3, 20) 2.

ТЕСТ № 4 Первая помощь при ЧС.

ЗАДАНИЕ: выбрать правильный ответ

1. что делать при переломе плеча, если необходимые шины отсутствуют?

- 1) добраться до ближайшей аптеки и купить 2) найти проволоку и попытаться изготовить шины 3) прибинтовать согнутую руку к туловищу

2. при каких поражениях пострадавшего кладут в тень с приподнятой головой, снимают тесную одежду кладут холод на голову и грудь, дают обильное питьё?

- 1) утопление 2) обморок 3) тепловой удар

3. что нужно сделать, если ушиб пришёлся на мягкие ткани бедра?

- 1) конечность туго забинтовать, наложить шину, обеспечить покой 2) на месте ушиба наложить тугую повязку, пузырь со льдом, конечности придать возвышенное положение, покой

- 3) ногу уложить на мягкий свёрток, к повреждённому месту приложить лёд

4. назовите типичные признаки наступающего утомления:

- 1) головокружение, резь в глазах, повышенная потливость 2) головокружение, дрожь в конечностях, возбуждённость 3) сонливость, вялость, притупление внимания

5. как правильно снять одежду с пострадавшего при повреждении руки или ноги?

- 1) сначала с повреждённой конечности, потом со здоровой 2) сначала со здоровой конечности

- 3) не имеет значения

6. как правильно надеть на пострадавшего куртку при ранении руки? 25

- 1) сначала на больную руку, затем на здоровую 2) надевают на обе руки одновременно

- 3) сначала на здоровую, затем на больную

7. какое повреждение характеризуется нарушением целостности кожных покровов, слизистых оболочек, а иногда и глубоких тканей, сопровождается болью, кровотечением и зиянием?

- 1) рана 2) перелом 3) пневмоторакс

8. какое кровотечение является самым опасным?

- 1) внутреннее 2) артериальное 3) венозное

9. Совокупность мероприятий, направленных на предупреждение попадания микробов в рану:

- 1) антисептика, 2) асептика, 3) дезинфекция

10. Дополните фразу: «меры по борьбе с болезнетворными микроорганизмами в ране называется (выберите ответ): 1) асептикой, 2) антисептикой, 3) дезинфекцией

11. какие суставы надо обездвижить при переломе предплечья?

- 1) лучезапястный и локтевой 2) плечевой и локтевой 3) суставы кисти и лучезапястный

12. какие суставы надо обездвижить при переломе плеча?
 1) лучезапястный и локтевой 2) локтевой и плечевой 3) суставы кисти, локтевой и плечевой
13. какие суставы надо обездвижить при переломе бедра?
 1) голеностопный 2) голеностопный и коленный 3) голеностопный, коленный и тазобедренный
14. доврачебная помощь при растяжении связок, вывихе и ушибе суставов:
 1) тепло на место повреждения и наложить шины; 2) приём жаропонижающих средств
 3) холод на место повреждения и тугое бинтование
15. доврачебная помощь при закрытом переломе костей:
 1) шина – на место перелома без захвата соседних суставов
 2) шина – на место перелома с захватом верхнего сустава
 3) шина – на место перелома с захватом верхнего и нижнего суставов
16. что такое шина, используемая при переломах?
 1) отрезок автомобильной шины 2) специальная проволочная решётка
 3) полоска мягкого металла
17. на какой срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут зимой?
 1) на 2 часа 2) не более 1 часа 3) время не ограничено
18. выхождение крови из кровеносных сосудов наружу через повреждения кожных покровов или во внутренние ткани и полости:
 1) ранение 2) пневмоторакс 3) кровотечение
19. чем контролируется правильность наложения жгута?
 1) цветом кожи на конечности 2) цветом крови 3) отсутствием пульса на периферическом сосуде
20. чем завершается доврачебная помощь при переломах
 1) наложение повязки 2) иммобилизация 3) остановка кровотечения²⁶
21. при проведении сердечно-лёгочной реанимации в одиночку какое надо соблюдать соотношение между вдуванием воздуха и толчками на грудину?
 1) 1 к 5 2) 2 к 15 3) 1 к 8
22. Три главных признака клинической смерти: а- отсутствие сознания, б- сильные боли в области сердца, в- широкие, не реагирующие на свет зрачки, г- отсутствие пульса на сонной артерии, д- помутнение роговицы и появление феномена «кошачий глаз», е- стёклышко, поднесённое ко рту, не запотевают.
 1) а, б, е. 2) а, г, д. 3) а, в, г.
23. признаки биологической смерти: а- отсутствие реакции зрачков на свет, б- отсутствие пульса на сонной артерии, в- помутнение роговицы и появление феномена «кошачий глаз», г- появление трупных пятен, д- обильное кровотечение
 1) а, б, г 2) а, б, в, г 3) все
24. комплекс сердечно-лёгочной реанимации включает в себя: а- измерение артериального давления, б- наложение на раны стерильных повязок, в- наложение шин на повреждённые конечности, г- прекардиальный удар, д- непрямой массаж сердца, е- ИВЛ
 1) а, б, в 2) г, д, е 3) а, д, е
25. прекардиальный удар наносят:
 1) в область сердца, по левой половине грудной клетки 2) по мечевидному отростку грудины
 3) в область нижней трети грудины на 2 – 3 см выше мечевидного отростка
- ОТВЕТЫ: 1) 3, 2) 3, 3) 2, 4) 3, 5) 2, 6) 1, 7) 1, 8) 2, 9) 2, 10) 1, 11) 1, 12) 2, 13) 3 14) 3, 15) 3, 16) 2, 17) 2, 18) 3, 19) 3, 20) 2, 21) 2, 22) 3, 23) 2, 24) 2, 25) 3.

Тест № 5.

ЗАДАНИЕ: выбрать правильный ответ

1. Что делать при переломе плеча, если необходимые шины отсутствуют?

- 1) добраться до ближайшей аптеки и купить

2) найти проволоку и попытаться
изготовить шины

3) прибинтовать согнутую руку к туловищу

2. при каких поражениях пострадавшего кладут в тень с приподнятой головой, снимают тесную одежду
кладут холод на голову и грудь, дают обильное питьё?

1) утопление

2) обморок

3) тепловой удар

3. что нужно сделать, если ушиб пришёлся на мягкие ткани бедра?

1) конечность туго забинтовать, наложить шину, обеспечить покой

2) на месте ушиба наложить тугую повязку, пузырь со льдом, конечности придать возвышенное положение,
покой

3) ногу уложить на мягкий свёрток, к повреждённому месту приложить лёд

4. назовите типичные признаки наступающего утомления:

1) головокружение, резь в глазах, повышенная потливость

2) головокружение, дрожь в конечностях, возбуждённость

3) сонливость, вялость, притупление внимания

5. какого основного правила надо придерживаться, ожидая посадки в транспорт при
остановке?

1) осуществлять посадку и высадку только после полной остановки

2) посадку

осуществлять через заднюю дверь, высадку через переднюю,

3) не стремиться быть в

первых рядах, особенно в час пик.

6. как вы поступите, если в автобусе или вагоне метро увидите бесхозный чемодан, пакет или дипломат?

1) скорее всего не обратите на него внимание

2) сообщите шофёру или работнику метро

3) посмотрите, что внутри, и тогда решите, что делать

7. В поезде вы почувствовали запах гари, выглянув из купе, вы увидели, что проход весь в едком дыме,
поступающем откуда-то снизу. Как вы будете действовать?

1) взяв ценные вещи и документы, пригнувшись, побежите предупредить проводника и
уйдёте в другой вагон,

2) нажмёте стоп-кран, смочите простынь лимонадом или чаем и,
дыша через неё, покинете вагон, взяв маленьких детей на руки.

8. территория, подвергшаяся заражению радиоактивными осадками:

1) радиоактивное заражение

2) очаг радиоактивного заражения

3) зона радиоактивного заражения

9. к чему может привести радиационное облучение человека?

1) к появлению тошноты и рвоты

2) к потере сознания и коме

3) к лучевой болезни

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

1) ПРУ

2) убежище

3) укрытие

КЛЮЧИ

1) 3, 2) 3, 3) 2, 4) 3, 4) 1, 6) 2. 7) 2 8) 3 9) 3 10) 2

Тест № 6.

ЗАДАНИЕ: выбрать правильный ответ

1. какое повреждение характеризуется нарушением целостности кожных покровов,
слизистых оболочек, а иногда и глубоких тканей, сопровождается болью, кровотечением и
зиянием?

1) рана

2) перелом

3) пневмоторакс

2. какое кровотечение является самым опасным?

1) внутреннее

2) артериальное

3) венозное

3) тепловой удар

3. что нужно сделать, если ушиб пришёлся на мягкие ткани бедра?

1) конечность туго забинтовать, наложить шину, обеспечить покой

2) на месте ушиба наложить тугую повязку, пузырь со льдом, конечности придать возвышенное положение, покой

3) ногу уложить на мягкий свёрток, к повреждённому месту приложить лёд

4. назовите типичные признаки наступающего утомления:

1) головокружение, резь в глазах, повышенная потливость

2) головокружение, дрожь в конечностях, возбуждённость

3) сонливость, вялость, притупление внимания

5. какого основного правила надо придерживаться, ожидая посадки в транспорт при остановке?

1) осуществлять посадку и высадку только после полной остановки

2) посадку

осуществлять через заднюю дверь, высадку через переднюю,

3) не стремиться быть в

первых рядах, особенно в час пик.

6. как вы поступите, если в автобусе или вагоне метро увидите бесхозный чемодан, пакет или дипломат?

1) скорее всего не обратите на него внимание

2) сообщите шофёру или работнику метро

3) посмотрите, что внутри, и тогда решите, что делать

7. основными мероприятиями РСЧС по снижению потерь среди населения являются:

а- оповещение населения; б- защита населения; в- обеспечение работы предприятий, направленной на функционирование систем жизнеобеспечения; г- ликвидация последствий ЧС; д- обучение населения действиям в ЧС

1) все 2) кроме – в 3) а, б, д

8 область резкого сжатия среды, сферически распространяющаяся со сверх звуковой скоростью:

1) ЭМИ 2) рентген 3) ударная волна

9. поток лучистой энергии, продолжительностью 20 сек, вызывающий массовые пожары:

1) проникающая радиация 2) световое излучение 3) доза излучения

10. Назовите самые опасные поражающие факторы пожара:

1) температура среды и токсичные продукты горения.

2) открытый огонь и пониженная концентрация кислорода.

3) потеря видимости вследствие задымления.

КЛЮЧИ 1) 1, 2) 2 3) 2, 4) 3, 4) 1, 6) 2 7) 1, 8) 3, 9) 2, 10) 3

Тест № 7

ЗАДАНИЕ: выбрать правильный ответ

1. комплекс сердечно-лёгочной реанимации включает в себя:

а- измерение артериального давления, б- наложение на раны стерильных повязок,

в- наложение шин на повреждённые конечности, г- прекардиальный удар, д- непрямой массаж сердца, е- ИВЛ

1) а, б, в 2) г, д, е 3) а, д, е

2. чем завершается доврачебная помощь при переломах

1) наложение повязки

2) иммобилизация

3) остановка кровотечения

3. что нужно сделать, если ушиб пришёлся на мягкие ткани бедра?

- 1) конечность туго забинтовать, наложить шину, обеспечить покой
- 2) на месте ушиба наложить тугую повязку, пузырь со льдом, конечности придать возвышенное положение, покой
- 3) ногу уложить на мягкий свёрток, к повреждённому месту приложить лёд
4. **назовите типичные признаки наступающего утомления:**
 - 1) головокружение, резь в глазах, повышенная потливость
 - 2) головокружение, дрожь в конечностях, возбуждённость
 - 3) сонливость, вялость, притупление внимания
5. **какого основного правила надо придерживаться, ожидая посадки в транспорт при остановке?**
 - 1) осуществлять посадку и высадку только после полной остановки
 - 2) посадку осуществлять через заднюю дверь, высадку через переднюю,
 - 3) не стремиться быть в первых рядах, особенно в час пик.
6. **как вы поступите, если в автобусе или вагоне метро увидите бесхозный чемодан, пакет или дипломат?**
 - 1) скорее всего не обратите на него внимание
 - 2) сообщите шофёру или работнику метро
 - 3) посмотрите, что внутри, и тогда решите, что делать
7. **В поезде вы почувствовали запах гари, выглянув из купе, вы увидели, что проход весь в едком дыме, поступающем откуда-то снизу. Как вы будете действовать?**
 - 1) взяв ценные вещи и документы, пригнувшись, побежите предупредить проводника и уйдёте в другой вагон,
 - 2) нажмёте стоп-кран, смочите простынь лимонадом или чаем и, дыша через неё, покинете вагон, взяв маленьких детей на руки.
8. **территория, подвергшаяся заражению радиоактивными осадками:**
 - 1) радиоактивное заражение
 - 2) очаг радиоактивного заражения
 - 3) зона радиоактивного заражения
9. **к чему может привести радиационное облучение человека?**
 - 1) к появлению тошноты и рвоты
 - 2) к потере сознания и коме
 - 3) к лучевой болезни
10. **Назовите самые опасные поражающие факторы пожара:**
 - 1) температура среды и токсичные продукты горения.
 - 2) открытый огонь и пониженная концентрация кислорода.
 - 3) потеря видимости вследствие задымления.

КЛЮЧИ

- 1) 2, 2) 2, 3) 2, 4) 3, 4) 1, 6) 2. 7) 2 8) 3 9) 3 10) 1

Темы рефератов (докладов), индивидуальных проектов

- Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
- Взаимодействие человека и среды обитания.
- Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
- Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
- Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.
- Факторы, способствующие укреплению здоровья.
- Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.

- Роль физической культуры в сохранении здоровья.
- Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
- Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
- Табакокурение и его влияние на здоровье.
- Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
- Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
- Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
- Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
- Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
- Терроризм как основная социальная опасность современности.
- Космические опасности: мифы и реальность.
- Современные средства поражения и их поражающие факторы.
- Оповещение и информирование населения об опасности.
- Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
- Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
- МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
- Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
- Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.
- Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
- Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
- Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
- Символы воинской чести.
- Патриотизм и верность воинскому долгу.
- Дни воинской славы России.
- Города-герои Российской Федерации.
- Города воинской славы Российской Федерации.
- Профилактика инфекционных заболеваний.
- Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
- СПИД — чума XXI века.
- Оказание первой помощи при бытовых травмах.
- Духовность и здоровье семьи.
- Здоровье родителей — здоровье ребенка.
- Формирование здорового образа жизни с пеленок.
- Как стать долгожителем?
- Рождение ребенка — высшее чудо на Земле. • Политика государства по поддержке семьи.