



**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ГУМАНИТАРНО-МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ Г.КИЗИЛЮРТ**

Российская Федерация
Республика Дагестан,
368124, г. Кизилюрт,
ул. Вишневого, 170.

Тел.: +7(989) 476-00-15
E-mail: gmk.kizilurt@yandex.ru

ОДОБРЕНО
на педагогическом совете №1
от «22»августа 2022г.

УТВЕРЖДЕНО
директор ПОАНО «ГМК» г. Кизилюрт
О.М.Гасанов _____
от «22» августа 2022г.

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
(фонд оценочных средств)**

**для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной
аттестации обучающихся по учебной дисциплине**

ОП.06. БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

по специальности 09.02.07 «Информационные системы и программирование»
по программе базовой подготовки
на базе основного общего образования;
форма обучения – очная
Квалификация выпускника – программист

г. Кизилюрт 2022г.

ПАСПОРТ
фонда оценочных средств по дисциплине

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНО СТИ ЖИЗНЕДЕЯТ ЕЛЬНОСТИ №	Контролируе мые разделы, темы, модули	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства
1	Раздел I Введение в дисциплину «Безопасно сть жизнедеят ельности»	ОК 1; ОК 2; ОК3; ОК 4; ОК 5; ОК 6; ОК 7; ОК8; ОК 9; ОК 10	
2	Раздел II Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики в условиях ЧС	ОК 1; ОК 2; ОК3; ОК 4; ОК 5, ОК 6; ОК 7; ОК8; ОК 9; ОК 10	Оценка умения, анализа и решения профессиональных задач.
3	Раздел III Потенци альные опасност и и их последст вия в профессиональ ной деятельности	ОК 1; ОК 2; ОК3; ОК 4; ОК 5, ОК 6; ОК 7; ОК8; ОК 9; ОК 10	Оценка умения, анализа и решения профессиональных задач.
4	Раздел IV Чрезвычай ные ситуации мирного времени и защита от них	ОК 1; ОК 2; ОК3; ОК 4; ОК 5, ОК 6; ОК 7; ОК8; ОК 9; ОК 10	Оценка умения, анализа и решения профессиональных задач; защита рефератов; тестирование; коллоквиум.
5	Раздел V Способы защиты населения от оружия массового поражения	ОК 1; ОК 2; ОК3; ОК 4; ОК 5, ОК 6; ОК 7; ОК8; ОК 9; ОК 10	Оценка умения, анализа и решения профессиональных задач; контрольная работа
6	Раздел VI Гражданская оборона	ОК 1; ОК 2; ОК3; ОК 4; ОК 5, ОК 6; ОК 7; ОК8; ОК 9; ОК 10	Оценка умения, анализа и решения профессиональных задач; защита эссе

7	Раздел VII Организация и порядок призыва граждан на военную службу	ОК 1; ОК 2; ОК3; ОК 4; ОК 5, ОК 6; ОК 7; ОК8; ОК 9; ОК 10	
8	Раздел VIII Основные виды вооружения и военной техники	ОК 1; ОК 2; ОК3; ОК 4; ОК 5, ОК 6; ОК 7; ОК8; ОК 9; ОК 10	Самостоятельная работа
9	Раздел IX Основы первой помощи	ОК 1; ОК 2; ОК3; ОК 4; ОК 5, ОК 6; ОК 7; ОК8; ОК 9; ОК 10	Оценка умения, анализа и решения профессиональных задач; контрольная работа

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
1	2	3	4
1	Контрольная работа	Средство проверки умений применять полученные знания для решения задач определенного типа по теме или разделу	Комплект контрольных заданий по вариантам
2	Тест	Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося.	Фонд тестовых заданий
3	Деловая игра	Совместная деятельность группы обучающихся и преподавателя под управлением преподавателя с целью решения учебных и профессионально-ориентированных задач путем игрового моделирования реальной проблемной ситуации. Позволяет оценивать умение анализировать и решать типичные профессиональные задачи.	Тема (проблема), концепция, роли и ожидаемый результат по каждой игре.
4	Разноуровневые задачи и задания	Различают задачи: а) ознакомительного, позволяющие оценивать и диагностировать знание фактического материала (базовые понятия, алгоритмы, факты) и умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; б) репродуктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей; в) продуктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения, интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения, выполнять проблемные задания.	Комплект разноуровневых задач и заданий
5	Самостоятельная работа	Средство проверки умений применять полученные знания по заранее определенной методике для решения задач или заданий по модулю или дисциплине в целом.	Комплект заданий

6	Эссе	Средство, позволяющее оценить умение обучающегося письменно излагать суть поставленной проблемы, самостоятельно проводить анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария соответствующей дисциплины, делать выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.	Тематика эссе
---	------	---	---------------

**Критерии оценки
по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»**

№ п/п	Наименование оценочного средства	Критерии оценивания на «неудовлетв-но»	Критерии оценивания на «удовлетв-но»	Критерии оценивания на «хорошо»	Критерии оценивания на «отлично»
1	Контрольная работа	Не может ответить ни на один из поставленных вопросов; не знает и не понимает значительную или основную часть программного материала в пределах поставленных вопросов. При ответе (на один вопрос) допускает более двух грубых ошибок.	Усвоил основное содержание учебного материала и отвечает полностью на один из поставленных вопросов. Имеет пробелы в усвоении двух других вопросов, материал излагает бессистемно, фрагментарно, не всегда последовательно. Допускает ошибки и неточности в использовании терминологии, определений и понятий.	Показывает хорошие знания изученного материала по двум контрольным вопросам и имеет фрагментарное представление материала по третьему вопросу. Материал излагает в определенной логической последовательности, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно при небольшой помощи преподавателя; Правильно использует терминологию, определения и понятия.	Дает полный и правильный ответ на три поставленных вопроса. Выделяет главные положения, понятия, термины и явления. Самостоятельно подтверждает ответ конкретными примерами. Последовательно, чётко, связно, обоснованно и безошибочно излагает учебный материал.

3	Тест	0% -50% правильных ответов – оценка «неудов-но»	51% - 64% правильных ответов – оценка «удовлетворител ьно»	65% - 84% правильных ответов – оценка «хорошо»	85% - 100% правильных ответов – оценка «отлично»
5	Разноуровнев ые задачи и задания	Неправильное решение задачи, отсутствие необходимых знание теоретических аспектов решения казуса	Частично правильное решение задачи, недостаточная аргументация своего решение, определённое знание теоретических аспектов решения казуса, частичные ответы на дополнительные вопросы по теме занятия	Правильное решение задачи, достаточная аргументация своего решение, хорошее знание теоретических аспектов решения казуса, частичные ответы на дополнительные вопросы по теме занятия	Правильное решение задачи, подробная аргументация своего решение, хорошее знание теоретических аспектов решения казуса, ответы на дополнительные вопросы по теме занятия
6	Самостоятель ная работа	неполно изложено задание; при изложении были	неполно, но правильно изложено задание;	неполно, но правильно изложено задание; при изложении были допущены 1-2	обстоятельно с достаточной полнотой излагает соответствующую тему;
		допущен ы существе нные ошибки, т.е. если оно не удовлетв оряет требован иям, установл енным преподав ателем к данному виду работы.	при изложении была допущена 1 существенная ошибка; знает и понимает основные положения данной темы, но допускает неточности в формулиро вке понятий; излагает выполнение задания недостаточ но логично и последоват ельно; затрудняетс я при ответах на вопросы преподават еля.	несущественные ошибки, которые он исправляет после замечания преподавателя; дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов; может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры; правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.	дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов; может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры; правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

7	Коллоквиум	незнание программного материала, при ответе возникают ошибки, затруднения при выполнении практических работ.	усвоение основного материала, при ответе допускаются неточности, при ответе даются недостаточно правильные формулировки, нарушается последовательность в изложении программного материала, имеются затруднения в выполнении практических заданий.	знание программного материала грамотное изложение, без существенных неточностей в ответе на вопрос, правильное применение теоретических знаний; владение необходимыми навыками при выполнении практических задач.	глубокое и прочное усвоение программного материала полные, последовательные, грамотные и логически излагаемые ответы при видоизменении задания, свободное владение материалом, правильно обоснованные принятые решения.
8	Эссе	1) во введение тезис отсутствует или не соответствует теме эссе; 2) в основной части нет логичного последовательного раскрытия темы; 3) выводы не	1) во введение тезис сформулирован нечётко или не вполне соответствует теме эссе; 2) в основной части выдвинутый тезис доказывается недостаточно	1) во введение чётко сформулирован тезис, соответствующий теме эссе, в известной мере выполнена задача заинтересовать читателя; 2) в основной части логично, связно, но недостаточно полно доказывается	1) во введение чётко сформулирован тезис, соответствующий теме эссе, выполнена задача заинтересовать читателя; 2) прослеживается чёткое деление текста на введение, основную часть и заключение;
		вытекают из основной части; 4) средства связи не обеспечивают связность изложения; 5) отсутствует деление текста на введение, основную часть и заключение; 6) язык работы можно оценить как «примитивный 4)».	логично (убедительно) и последовательно; 3) выводы не полностью соответствуют содержанию основной части; 4) недостаточно или, наоборот, избыточно используются средства связи; 3) язык работы в целом не соответствует уровню студенческой работы.	выдвинутый тезис; 3) заключение содержит выводы, логично вытекающие из содержания основной части; 4) уместно используются разнообразные средства связи; 3) для выражения своих мыслей студент не пользуется упрощённопримитивным языком.	3) в основной части логично, связно и полно доказывается выдвинутый тезис; 4) заключение содержит выводы, логично вытекающие из содержания основной части; 5) правильно (уместно и достаточно) используются разнообразные средства связи; 6) для выражения своих мыслей не пользуется упрощённопримитивным языком; 7) демонстрирует полное понимание проблемы. Все требования, предъявляемые к

					3) заданию, выполнены.
--	--	--	--	--	---------------------------

Варианты контрольных работ

1 вариант

1. Механизм воздействия алкоголя на организм человека.
2. Права и обязанности военнослужащих.
3. Первая помощь при воздействии низких температур

2 вариант

1. Курение и его влияние на организм
2. Наркотики и наркомания. Понятие. Социальные последствия.
3. Первая помощь при кровотечениях.

3 вариант

1. Воздействие наркотиков на организм человека
2. Методы борьбы и профилактика употребления наркотиков
3. Репродуктивная система.

4 вариант

1. Факторы, влияющие на здоровье.
2. ЗОЖ. Закаливание
3. Военская дисциплина и ответственность.

5 вариант

1. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановка сердца)Планирование семьи
2. Гражданская оборона. Задачи

6 вариант

1. Условия и порядок заключения брака.
2. Уход за младенцем.
3. Факторы укрепления здоровья.

7 вариант

1. ЗОЖ. Виды здоровья.
2. Чрезвычайная ситуация. Понятие. Виды.
3. Профилактика инфекционных заболеваний

8 вариант

1. Альтернативная гражданская служба.
2. Задачи МЧС.
3. Военская обязанность. Призыв на военную службу.

9 вариант

1. Военский учет.
2. Вспышки инфекционных заболеваний
3. Геологические стихийные бедствия.

10 вариант

1. Государственные службы по охране здоровья и безопасности
2. Пассивное курение и его влияние на организм.
3. Первая помощь при низком давлении.

11 вариант

1. Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.

2. Здоровье. Критерии определяющие здоровье.
3. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга.

12 вариант

1. Инфекции передаваемые половым путем.
2. Первая помощь при ранениях.
3. Катастрофы. Классификация.

13 вариант

1. Курение и его влияние на организм.
2. МЧС. Структуры. Руководство
3. Наследственность.

14 вариант

1. Общие правила оказания и первой помощи.
2. Организационная структура вооруженных сил Российской Федерации.
3. Первая помощь при воздействии высоких температур.

15 вариант

1. Первая помощь при воздействии высоких температур.
2. Террористические акты, правила поведения.Противорадиационные укрытия. Радиация.

16 вариант

1. Первая помощь при ожогах.
2. Режим жизнедеятельности. Биологические ритмы
3. Последствия употребления алкоголя

17 вариант

1. Первая помощь при отсутствии сознания.
2. Репродуктивное здоровье.
3. Инфекционные болезни и их классификация.

18 вариант

1. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.
2. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.
3. Стихийные бедствия гидрологического характера.

19 вариант

1. Пожары. Классификация.
2. Права и обязанности несовершеннолетних детей.
3. Военская дисциплина и ответственность.

20 вариант

1. Правила наложения повязок.
2. Предупреждение развития перегревов
3. Принципы организации гражданской обороны.

21 вариант

1. Прохождение военной службы по контракту.
2. Рациональное питание.
3. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.

22 вариант

1. Состав пищи. ГМП. ГМО.
2. Первая помощь при инфаркте.
3. Стихийные бедствия. Классификация.

23 вариант

1. Терроризм
2. Функции и задачи Вооруженных сил Российской Федерации.
3. Первая помощь при высоком давлении.

24 вариант

1. Функции и задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации.
2. Чрезвычайная ситуация. Классификация.
3. Первая помощь при травмах.

25 вариант

1. Экологические бедствия. Классификация.
2. Первая помощь при отравлениях.
3. Цели и задачи дисциплины: «Основ безопасности жизнедеятельности» Темы рефератов

1. Основные понятия и значение пожарной безопасности
2. Инфекционные болезни, отравления
3. Курение, способы бросить курить
4. Чрезвычайные ситуации, угрожающие безопасности окружающей среды
5. СПИД — предупредить, предотвратить
6. Военная служба ее специфика.
7. Техника безопасности при работе на предприятии
8. Основные способы защиты населения и территорий от последствий ЧС
9. Окружающая среда и человек
10. Защита человека в чрезвычайных ситуациях (ЧС)
11. Основы поведения учащихся в ЧС
12. ЧС техногенного и природного характера.
13. Проведение мероприятий по эвакуации в ЧС
14. Противопожарные мероприятия
15. Техногенные катастрофы
16. Эпидемия гриппа, защита от вирусов
17. Вредные факторы, влияющие на здоровье
18. Влияние алкоголя на нервную систему
19. Разумное чередование труда и отдыха
20. Рациональное питание
21. Организация и планирование эвакуации
22. Система противопожарной защиты
23. Тестовые задания

. Через какой промежуток времени необходимо менять холодные примочки при ушибах?

А) через 1-2 мин.

Б) через 10-15 мин.

В) через 1,5-2 часа

Г) не рекомендуется менять

2. Назовите прием первой медицинской помощи, который необходимо выполнить при наличии у пострадавшего сильного кровотечения

А) наложить жгут на конечность

Б) наложить шину для обеспечения неподвижности конечности

В) наложить давящую повязку

Г) продезинфицировать рану

3. Одной из составляющих здорового образа жизни является:

- А) оптимальный уровень двигательной активности
 - Б) небольшие и умеренные физические нагрузки
 - В) малоподвижный образ жизни
 - Г) курение и употребление алкоголя в небольших количествах
4. Найдите среди приведенных ниже названий элементов образа жизни те, которые соответствуют здоровому образу жизни:
- А) ежедневная утренняя зарядка
 - Б) длительное нахождение в постели, в том числе и чтение книг в постели
 - Г) применение в пищу большого количества пирожных, мороженого, конфет
 - Д) большое увлечение играми в карты, домино, лото
 - Ж) систематическое курение
5. Какой способ остановки кровотечения является наиболее надежным?
- а) наложение кровоостанавливающего жгута
 - б) пальцевое прижатие
 - в) наложение стерильной давящей повязки
 - г) максимальное сгибание конечности
6. Какое время кровоостанавливающий жгут может находиться на поврежденной конечности ?
- а) до 1,5 часов;
 - б) до 1 часа;
 - в) до 30 минут;
 - г) до 2 часов.
7. Если из раны пульсирующей струей вытекает кровь алого цвета, то это:
- а) артериальное кровотечение
 - б) капиллярное кровотечение
 - в) венозное кровотечение
 - г) паренхиматозное кровотечение
8. Первая медицинская помощь при обмороке
- а) положить на бок, расстегнуть воротник, обеспечив приток свежего воздуха, дать пострадавшему нашатырный спирт, дать горячего сладкого чая.
 - б) уложить пострадавшего на пол, расстегнуть воротник, обеспечить доступ свежего воздуха, дать нашатырь, при отсутствии дыхания провести комплекс мероприятий по искусственному дыханию.
 - в) уложить на спину с откинутой головой назад, расстегнуть воротник, поднести к носу вату с нашатырным спиртом, обрызгать холодной водой лицо, согреть ноги.
9. Первая медицинская помощь при клинической смерти
- а) уложить на пол, запрокинуть голову назад, выдвинув вперед нижнюю челюсть и приподняв подбородок, удалить съемные протезы и инородные предметы. При отсутствии дыхания зажать нос и вдвухать в рот с частотой 10-12 дыханий в минуту. Провести закрытый массаж сердца.
 - б) уложить больного на ровную поверхность, положить ладонь на лоб. Расстегнуть воротник, обеспечив приток свежего воздуха, обрызгать холодной водой лицо. Начать проведение массажа.
 - в) уложить на пол, повернуть голову назад, выдвинув вперед нижнюю челюсть, удалить инородные предметы. Провести комплекс мероприятий по искусственному дыханию.
- Вызвать скорую.
10. Первая медицинская помощь при кровотечениях:
- а) Остановка кровотечения путем перевязки, сдавливания и перетягивания мест кровотечения
 - б) Пальцевое прижатие или прижатие иным способом артерии на протяжении, т.е. не в области раны, а выше в доступных местах вблизи кости или под ней.
 - в) Остановка кровотечения путем перетягивания жгутом выше места кровотечения.
11. Первая медицинская помощь при открытых переломах:
- а) Рану обработать перекисью водорода; обеспечить покой, при боли дать обезболивающее, наложить давящую стерильную повязку, вызвать скорую
 - б) Рану в области перелома обработать спиртом и зеленкой; наложить ватно-марлевую повязку, иммобилизовать шиной. Вызвать скорую.
 - в) На рану наложить стерильную повязку. Ввести обезболивающее. Наложить жгут при кровотечении. Транспортировать в больницу на носилках

12. К закрытым повреждениям относятся:

А- вывихи, растяжения, ушибы;

Б- ссадины и раны;

В- царапины и порезы.

Д) потеря сознания

13. При обморожении участок кожи необходимо:

А- Разогреть и дать теплое питье.

Б- Растереть снегом.

В- Растереть ваткой.

Д.-Дать выпить спиртное

14. При оказании первой 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.

15. Назовите признаки закрытого перелома

А- нарушение двигательной функции поврежденного органа, боль, припухлость, деформация в месте травмы

Б- кровотечение, боль, зуд;

В- боль, припухлость, кровотечение;

Г- боль, припухлость;

16. Назовите признаки открытого перелома

А- открытая рана, видна костная ткань, боль, нарушение двигательной функции поврежденного Органа

Б- боль, припухлость;

В- боль, припухлость, кровотечение

Г- нарушение двигательной функции поврежденного органа, боль, припухлость, деформация в месте травмы.

17. Когда проводят реанимацию

А. когда отсутствует дыхание и сердечная деятельность;

Б. при кровотечении;

В. при переломе;

Г. при вывихе ноги;

Д. нет правильного ответа

18. Когда должен применяться непрямой массаж сердца?

А. . при отсутствии пульса;

Б. при повышении артериального давления;

В после освобождения пострадавшего от опасного фактора;

Г. при применении искусственного дыхания;

Д. при кровотечении

19. Признаки сотрясение головного мозга

А- кратковременная потеря сознания, рвота, утрата памяти на события, предшествующие травме(ретроградная амнезия), головная боль, головокружение, шум в ушах, неустойчивая походка, зрачки расширены;

Б- кратковременная потеря сознания, головная боль, головокружение, нарушение сна;

В- головная боль, рвота, головокружение, нарушение сна;

20. У пострадавшего на пожаре поражены ткани, лежащие глубоко (подкожная клетчатка, мышцы, сухожилия, нервы, сосуды, кости), частично обуглены ступни, какая у него степень ожога

А- IV

Б- II

В- IIIa

Г- IIIб

Д- I

1. Что делать человеку, оказавшемуся в зоне лесного пожара?

а) двигаться под прямым углом к направлению распространения огня;

б) при сильном задымлении двигаться пригнувшись, дышать через мокрую ткань;

- с) быстро выходить из зоны пожара в любом направлении;
- д) если возможно, окунуться в ближайшем водоеме;
- е) попытаться обогнать лесной пожар.
- г) ждать вертолет

2. Если землетрясение застало на улице, необходимо:

- а) выйти на открытое место; при необходимости передвигаться в удалении от зданий;
- б) укрыться около высокого здания;
- с) при необходимости передвигаться, укрываясь у стен зданий;
- д) не подходить к полуразрушенным зданиям;
- е) укрыться у полуразрушенного здания.
- г) укрыться в подвале

3. Какие правила безопасности следует выполнять при внезапном наводнении?

- а) занять ближайшее возвышенное место;
- б) оставаться на возвышенном месте до схода воды или прибытия спасателей;
- с) остаться дома и ждать указаний и распоряжений;
- д) эвакуироваться в безопасное место, если есть подручные средства (плот);
- е) эвакуироваться в безопасное место только тогда, когда вода достигла места вашего нахождения.
- Г укрыться в подвале

4. Если ураган обрушился внезапно, при нахождении в здании необходимо:

- а) если есть подвал, укрыться в нем;
- б) отойти подальше от окон;
- с) подойти к окну и изучить обстановку;
- д) быстро покинуть здание;
- е) укрыться в дверном проеме или в нише стены.
- г) ждать помощь на крыше

5. Какие ситуации относятся к чрезвычайным ситуациям социального характера?

- а) наркомания
- б) терроризм
- с) пожары
- д) лесные пожары
- е) взрывы
- г) землетрясение

6. К стихийным бедствиям не относятся

- а) аварии
- б) терроризм
- с) оползни
- д) снежные лавины
- е) сели
- г) землетрясение

7. Какие виды ответственности предусмотрены за нарушение правил пожарной безопасности?

- а) дисциплинарная ответственность административная ответственность
- б) презрение общества
- д) моральная ответственность
- е) материальная ответственность
- г) лишение прав

8. Чем опасно переохлаждение?

- а) судорогами
- б) остановкой дыхания
- с) повышением температуры тела
- д) всем вышеперечисленным
- е) кровотечение
- г) головокружение

9. На какой срок заключается контракт на ВС?

- а) 3 года
- б) 5 лет
- с) 15 лет

d)бессрочно

e)20

g) 6 мес

10. Какие известны основные способы ориентирования на местности?

a) по компасу

b) по небесным светилам

c) по поведению животных

d) по памяти

e) по местным признакам

g)по ветру

Раздел

Тема: Первая медицинская помощь

1. Первая медицинская помощь при травме

a) рану обработать перекисью водорода; обеспечить покой, при боли дать обезболивающее, наложить давящую повязку, вызвать скорую

б) из раны удалить инородные тела, обработать спиртом и зеленкой; наложить ватно-марлевую повязку, иммобилизовать шиной

в) вызвать скорую, провести иммобилизационные мероприятия, рану обработать спиртом или водой, наложить ватно-марлевую повязку, если необходимо наложить шину.

2. Первая медицинская помощь при обмороке

a) положить на бок, расстегнуть воротник, обеспечив приток свежего воздуха, дать пострадавшему нашатырный спирт, дать горячего сладкого чая.

б) уложить пострадавшего на пол, расстегнуть воротник, обеспечить доступ свежего воздуха, дать нашатырь, при отсутствии дыхания провести комплекс мероприятий по искусственному дыханию.

в) уложить на спину с откинутой головой назад, расстегнуть воротник, поднести к носу вату с нашатырным спиртом, обрызгать холодной водой лицо, согреть ноги.

3. Первая медицинская помощь при клинической смерти

a) уложить на пол, повернуть голову назад, выдвинув вперед нижнюю челюсть, удалить инородные предметы. Провести комплекс мероприятий по искусственному дыханию. Вызвать скорую.

б) уложить больного на ровную поверхность, положить ладонь на лоб. Расстегнуть воротник, обеспечив приток свежего воздуха, обрызгать холодной водой лицо. Начать проведение массажа.

в) уложить на пол, запрокинуть голову назад, выдвинув вперед нижнюю челюсть и приподняв подбородок, удалить съемные протезы и инородные предметы. При отсутствии дыхания зажать нос и вдвухать в рот с частотой 10-12 дыханий в минуту. Провести закрытый массаж сердца.

Первая медицинская помощь при кровотечениях:

a) Остановка кровотечения путем перевязки, сдавливания и перетягивания мест кровотечения

б) Пальцевое прижатие или прижатие иным способом артерии на протяжении, т.е. не в области раны, а выше в доступных местах вблизи кости или под ней.

в) Остановка кровотечения путем перетягивания жгутом выше места кровотечения.

1. Первая медицинская помощь при открытых переломах:

a) Рану обработать перекисью водорода; обеспечить покой, при боли дать обезболивающее, наложить давящую стерильную повязку, вызвать скорую

б) Рану в области перелома обработать спиртом и зеленкой; наложить ватно-марлевую повязку, иммобилизовать шиной. Вызвать скорую.

в) На рану наложить стерильную повязку. Ввести обезболивающее. Наложить жгут при кровотечении. Транспортировать в больницу на носилках

Тема: Здоровый образ жизни

2. Под режимом жизнедеятельности человека понимается: а)
деятельность в быту и на производстве
б) соответствие индивидуальной формы существования условиям среды обитания
в) установленный порядок труда, отдыха, питания и сна
3. Какие из перечисленных факторов оказывают наибольшее влияние на здоровье человека? а)
биологические
б) окружающая среда
в) индивидуальный образ жизни
г) система здравоохранения
4. В какое время суток работоспособность человека в соответствии с суточными биологическими ритмами наиболее низкая?
а) с 13 до 17 часов
б) с 17 до 21 часа
в) с 21 до 1 часа
г) с 1 до 5 часов
д) с 5 до 9 часов
5. Что является основной причиной переутомления? а)
продолжительный активный отдых
б) длительная и напряженная умственная или физическая деятельность
в) регулярное несоблюдение распорядка дня
г) постоянное употребление стимуляторов (чай, кофе и т.п.)
6. Укажите объективные показатели самоконтроля: а)
болезненные и тревожные ощущения
б) аппетит
в) самочувствие
г) показания частоты сердечных сокращений

Тема: Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

7. Если землетрясение застало на улице, необходимо: а)
укрыться около высокого здания;
б) при необходимости передвигаться, укрываясь у стен зданий;
в) выйти на открытое место; при необходимости передвигаться в удалении от зданий;
г) укрыться у полуразрушенного здания. Какие правила безопасности следует выполнять при внезапном наводнении?
а) занять ближайшее возвышенное место; оставаться на возвышенном месте до схода воды или прибытия спасателей;
б) остаться дома и ждать указаний и распоряжений;
г) эвакуироваться в безопасное место, если есть подручные средства (плот);
д) эвакуироваться в безопасное место только тогда, когда вода достигла места вашего нахождения.
8. Выберите Неверный ответ. Если ураган обрушился внезапно, при нахождении в здании необходимо:
а) подойти к окну и изучить обстановку;
б) отойти подальше от окон;
в) укрыться в дверном проеме или в нише стены.
г) если есть подвал, укрыться в нем;
9. Укажите последовательность выполнения мероприятия при оповещении об аварии на радиационно-опасном объекте.

- а) включить телевизор (радио) и прослушать сообщение;
- б) выключить газ, электричество, воду, погасить огонь в печи;
- в) вынести скоропортящиеся продукты и мусор;
- г) надеть средства индивидуальной защиты;
- д) освободить от продуктов холодильник;
- е) проследовать на сборный эвакупункт;
- ж) взять необходимые вещи, документы, продукты питания.

10. Укажите последовательность выполнения действий при выходе из зоны заражения аварийно-химическими опасными веществами.

- а) прополоскать рот;
- б) тщательно промыть глаза;
- в) снять верхнюю одежду;
- г) принять душ с мылом.

11. Укажите последовательность действий человека, который оказался под завалом и получил травму.

- а) если конечности придавлены, растирать их;
- б) постараться принять удобное положение;
- в) понять, какую получил травму;
- г) оказать себе посильную помощь;
- д) голосом или стуком привлечь внимание спасателей.

Гражданская оборона

12. Силы гражданской обороны

- 1) гражданские формирования, специально предназначенные для решения задач в области ГО.
- 2) воинские формирования, специально предназначенные для решения задач в области ГО.
- 3) специальные формирования, специально предназначенные для решения задач в области ГО.

13. Служба ГО

- 1) служба, предназначенная для решения проблем в области ГО
- 2) служба, предназначенная для создания проблем по организации мероприятий ГО, включая подготовку людей
- 3) служба, предназначенная для организации мероприятий ГО, включая подготовку необходимых сил и средств.

14. Гражданские организации ГО

- 1) специальные формирования, которые создаются на базе организаций по территориально-производственному принципу.
- 2) специальные формирования, владеющие навыками работы на компьютере, для организации ГО
- 3) специальные формирования предназначенные для организации службы ГО

15. Основные задачи ГО

- 1) защита населения от радиационной и иной опасности в мирное и военное время
- 2) обучение населения способам защиты от опасностей, возникающих при ведении военных действий; оповещение населения об опасностях, возникающих в мирное и военное время; эвакуация населения, материальных и культурных ценностей в безопасные районы; предоставление населению средств коллективной и индивидуальной защиты (убежища, противогазы и т.д.); проведение аварийно-спасательных работ
- 3) обучение населения способам защиты радиационной и иной опасности; оповещение населения об опасностях, предоставление населению средств коллективной и индивидуальной защиты

16. Управление гражданской обороной в стране осуществляют

- 1) Президент РФ, премьер министр, министр МЧС
- 2) уполномоченные органы на решение задач в области ГО, включая МЧС, пожарную охрану, медицинские службы
- 3) Федеральный орган исполнительной власти-МЧС России, специально уполномоченный на решение задач в области ГО, и его территориальные органы; специальные структурные подразделения федеральных органов исполнительной власти в области ГО.

Тема: Кровотечение

17. Что такое гипоксия? А-
кислородное голодание;
Б- обезвоживание организма;
В- перегрев организма;
Г- охлаждение организма;
Д- тепловое облучение.
18. Кровотечение это- А-
отравление АХОВ;
Б- дыхательная функция;
В- повышенное артериальное давление;
Г- истечение кровью из кровеносных сосудов при нарушении целостности их стенки;
Д- перелом кости.
19. Как остановить обильное венозное кровотечение?
А-наложить давящую повязку;
Б-наложить жгут;
В-обработать рану спиртом и закрыть стерильной салфеткой;
Г-продезинфицировать спиртом и обработать йодом;
Д-посыпать солью.
20. При ранении сонной артерии необходимо срочно: А-
наложить тугую повязку.
Б-наложить жгут.
В-зажать палец артерию ниже раны.
21. При ранении кровь течёт непрерывной струёй. Это кровотечение А-
Паренхиматозное
Б- Венозное
В- Капиллярное.
Г- Артериальное
22. Характерные признаки артериального кровотечения: А-
Кровь тёмного цвета, вытекает ровной струёй.
Б- Кровь алого цвета, вытекает пульсирующей струёй.
В- Кровоточит вся поверхность, вытекает в виде небольших капель.
23. Артериальное кровотечение возникает при:
А-повреждении какой-либо артерии при глубоком ранении;
Б-поверхностном ранении;
В-неглубоком ранении в случае повреждения любого из сосудов.
24. Уменьшения кровотечения приданием возвышенного положения поврежденной конечности главным образом применяется при:
А-внутреннем кровотечении;
Б-поверхностных ранениях;
В- любых ранениях конечности.

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

- А-наложение давящей повязки
- Б-пальцевое прижатие
- В-максимальное сгибание конечности
- Г-наложение жгута

26. При открытом переломе конечности с сильным кровотечением раны необходимо в первую очередь:

- А – Обработать край раны йодом;
- Б – Провести иммобилизацию конечности;
- В – Промыть рану перекисью водорода;
- Г – Остановить кровотечение.

Тема: Ранения

27. К закрытым повреждениям относятся:А-

- вывихи, растяжения, ушибы;
- Б- ссадины и раны;
- В- царапины и порезы.

28. При обморожении участок кожи необходимо:А-

- Растереть снегом.
- Б- Разогреть и дать теплое питье.
- В- Растереть ваткой.

29. Определить последовательность оказания первой помощи при укусах клещей:

- А- вымыть руки с мылом, на место, где присосался клещ, капнуть каплю масла, керосина или вазелина, удалить клеща пинцетом покачиванием из стороны в сторону, место укуса обработать спиртом и йодом, отправить пострадавшего в медицинское учреждение;
- Б- на место, где присосался клещ, капнуть каплю йода, удалить клеща пинцетом легким покачиванием из стороны в сторону, место укуса обработать спиртом и йодом;
- В- вымыть руки с мылом, на место, где присосался клещ, капнуть каплю масла, керосина или вазелина, а затем обработать спиртом и йодом, отправить пострадавшего в медицинское учреждение

30. Пневмоторакс это:

- А- Открытое ранение живота
- Б- Затрудненность дыхания
- В- Вид заболевания легких
- Г- Открытая рана грудной клетки.

31. Определите правильность и последовательность оказания первой медицинской помощи пострадавшему при закрытом пневмотораксе:

- А- если есть возможность, дать пострадавшему кислород, вызвать «скорую помощь», держать позвоночник в неподвижном состоянии, дать пострадавшему успокаивающее средство;
- Б- дать пострадавшему успокаивающее средство, поддерживать необходимую температуру тела пострадавшего, на грудину положить холод, вызвать «скорую помощь»;
- В- дать пострадавшему обезболивающее средство, придать ему возвышенное положение с приподнятым изголовьем, если есть возможность, дать кислород, срочно вызвать «скорую помощь».

32. У пострадавшего сильные боли в животе, сухость языка, тошнота, рвота, живот вздут, «живот как доска. Больной лежит на спине или на боку с согнутыми в коленных и тазобедренных суставах ногами. Наши действия

- А- тепло на живот и быстрая транспортировка в хирургическое отделение больницы

Б- холод на живот и быстрая транспортировка в хирургическое отделение больницы
В- холод на живот, дать питье и быстрая транспортировка в хирургическое отделение больницы

33. При открытом повреждении живота необходимо

А- На рану накладывают асептическую повязку. При выпадении в рану петель кишечника или сальника органы вправляют и перебинтовывают.

Б- Дать больному питье. На рану накладывают асептическую повязку.

В- На рану накладывают асептическую повязку. При выпадении в рану петель кишечника или сальника органы не вправляют, необходимо накрыть их стерильной марлевой салфеткой или проглаженной хлопчатобумажной тканью и рыхло забинтовать.

34. Пострадавший упал с высоты, паралич ног, необходимо

А- Полный покой. Пострадавшего укладывают спиной на щит, положенный на носилки. Под поясничный отдел подкладывают небольшой валик. Если щита нет, пострадавшего можно транспортировать на носилках в положении на животе, подложив под грудь и бедра одежду или свернутое одеяло. Срочная госпитализация

Б- Пострадавшего усаживают сидя. Под поясничный отдел подкладывают небольшой валик. Срочная госпитализация

В- Пострадавшего укладывают спиной на мягкие носилки. Под поясничный отдел подкладывают небольшой валик. Если носилок нет, пострадавшего можно транспортировать на руках. Срочная госпитализация

35. При рваной ране мягких тканей головы необходимо

А- наложить повязку, обезболить и доставить пострадавшего в лечебное учреждение;Б- наложить повязку, обезболить;

В- наложить асептическую повязку, обезболить и доставить пострадавшего в лечебное учреждение.

Тема: Переломы

1. Перелом это:

А- разрушение мягких тканей костей;

Б- трещины, сколы, переломы ороговевших частей тела;

В- трещины, сколы, раздробление костей.

67. Как оказать первую медицинскую помощь при переломе костей таза?

А - обработать место перелома дезинфицирующим средством, наложить шину;

Б - пострадавшего уложить на ровную жесткую поверхность, под согнутые и разведенные коленные суставы подложить валик (поза лягушки);

В - уложить на жесткую поверхность, наложить две шины с внутренней и внешней стороны бедра;

Г- выпрямить ноги, уложить неподвижно и вызвать врача;

Д - не трогать пострадавшего.

68. При открытом переломе со смещением костей необходимо:

А- Поправить смещение и наложить шину

Б- Поправить смещение и перевязать

В- Наложить шину с возвращением костей в исходное положение

Г- Перевязать рану, не тревожа перелом, и наложить шину.

69. При закрытом переломе со смещением костей необходимо:

А- Поправить смещение и наложить шину

Б- Наложить шину

В- Наложить шину с возвращением костей в исходное положение

Г- Перевязать рану, не тревожа перелом, и наложить шину

70. При переломе позвоночника и костей таза возникает паралич...

А- части тела ниже места перелома;

Б- Нижних конечностей.

В- Верхних конечностей.

71. Определите последовательность оказания первой медицинской помощи при открытых переломах:

А- придать пострадавшему удобное положение, аккуратно вправить кость в первоначальное положение, наложить повязку и провести иммобилизацию, доставить пострадавшего в лечебное учреждение;

Б- дать обезболивающее средство, провести иммобилизацию конечности, направить пострадавшего в лечебное учреждение;

В-остановить кровотечение, наложить стерильную повязку, дать обезболивающее средство, провести иммобилизацию, доставить пострадавшего в лечебное учреждение.

72. При открытом переломе прежде всего необходимо:

А- дать обезболивающее средство;

Б- провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она находится в момент повреждения;

В- на рану в области перелома наложить стерильную повязку;Г- остановить кровотечение.

73. При оказании первой помощи в случае перелома запрещается:

А- проводить иммобилизацию поврежденных конечностей;

Б- вставлять на место обломки костей и вправлять на место вышедшую кость;

В- останавливать кровотечение.

74. Назовите признаки закрытого перелома

А- боль, припухлость;

Б- кровотечение, боль, зуд;

В- боль, припухлость, кровотечение;

Г- нарушение двигательной функции поврежденного органа, боль, припухлость, деформация в месте травмы.

75. Назовите признаки открытого перелома

А- боль, припухлость;

Б- открытая рана, видна костная ткань, боль, нарушение двигательной функции поврежденного органа

В- боль, припухлость, кровотечение

Г- нарушение двигательной функции поврежденного органа, боль, припухлость, деформация в месте травмы.

Тема: Наложение жгута

76. Жгут накладывается:

А. При капиллярном кровотечении.

Б. При артериальном и венозном кровотечении.

В. При паренхиматозном кровотечении.

77. Как правильно выбрать место наложения кровоостанавливающего жгута при артериальном кровотечении?

А. наложить жгут на обработанную рану;

Б. выше раны на 10-15 см;

В. на 15-20 см ниже раны;

Г. на 20-25 см ниже раны;

Д. ниже раны на 30 см.

78. Как правильно выбрать место наложения кровоостанавливающего жгута при венозном кровотечении?

- А- наложить жгут на обработанную рану;
- Б- выше раны на 10-15 см;
- В- ниже раны на 30 см;
- Г- на 20-25 см ниже раны;
- Д- на 10-15 см ниже раны;

79. На какой срок жгут накладывается летом?

- А. на час
- Б. на 1 ч 30 мин
- В. на 2 часа
- Г. на 2 ч 30 мин
- Д. на 3 часа

На какой срок

жгут

накладывается

зимой? А. на

час

Б. на 1 ч 30 мин

В. на 2 часа

Г. на 2 ч 30 мин

Д. на 3 часа

80. Вместо жгута можно использовать:

- А. Давящую повязку.
- Б. Закрутку.
- В. Холод к ране.
- Г. Компресс

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

- А. фамилию, имя, отчество пострадавшего, время получения ранения;
- Б. дату и точное время (часы и минуты) наложения жгута;
- В. дату, точное время (часы и минуты) наложения жгута, а также фамилию, имя, отчество пострадавшего, фамилию, имя отчество наложившего жгут.

82. В полевых условиях при ранении голени с сильным пульсирующим кровотечением возможно

- А. наложить тугую повязку из чистой ткани и ваты;
- Б. перетянуть бедренную артерию;
- В. наложить тугую стерильную повязку;
- Г. перетянуть подколенную артерию косынкой

83. Через сколько минут после наложения жгута его необходимо ослаблять на несколько минут

- А. 30-50 мин;
- Б. 30-40 мин;
- В. 20-30 мин;
- Г. 20-25 мин.

84. К чему может привести непрерывное длительное нахождение конечности с наложенным жгутом (более 2 ч)

- А. к повышению температуры конечности, пощипывающим болям, покраснению кожного покрова;
- Б. к поступлению в кровь значительного количества токсинов из тканей выше жгута и развитию

травматического токсикоза;

Г. к поступлению в кровь значительного количества токсинов из тканей ниже жгута и развитию травматического токсикоза.

Тема: Растяжения, вывихи

85. Вывих это

- А. смещение конечности при резком движении;
- Б. смещение костей друг относительно друга;
- В. стойкое смещение суставных концов костей;
- Г. стойкое смещение сустава.

86. Основные признаки травматического вывиха

- А. резкая боль;
- Б. резкая боль, повышение температуры тела;
- В. резкая боль, отёк;
- Г. резкая боль, изменение формы сустава, невозможность движений в нем или их ограничение.

87. Первая медицинская помощь при разрывах связок и мышц — это:

- А. на поврежденное место наложить холод и тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему, дать ему обезболивающее средство и доставить пострадавшего в медицинское учреждение;
- Б. на поврежденное место нанести наложить тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему, дать ему обезболивающее средство и доставить пострадавшего в медицинское учреждение;
- В. срочно распарить поврежденное место, а затем наложить тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему, дать ему обезболивающее средство, придать поврежденной конечности возвышенное положение и доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

88. Какова последовательность оказания первой помощи при растяжении:

- А. наложить тугую повязку на поврежденное место, обеспечить покой поврежденной конечности, опустив ее как можно ниже к земле, и доставить пострадавшего в медицинское учреждение;
- Б. приложить холод и наложить тугую повязку на поврежденное место, обеспечить покой поврежденной конечности, придать ей возвышенное положение и доставить пострадавшего в медицинское учреждение;
- В. обеспечить покой поврежденной конечности, придать ей возвышенное положение и доставить пострадавшего в медицинское учреждение

89. Играя в футбол, один из игроков команды упал на руку. У него появилась сильная боль, деформация и ненормальная подвижность в предплечье. Какую первую медицинскую помощь вы должны оказать:

- А. дать обезболивающее средство, наложить давящую повязку и доставить в медицинское учреждение;
- Б. дать обезболивающее средство, руку согнуть под прямым углом в локтевом суставе и провести иммобилизацию шиной или подручными средствами и доставить в медицинское учреждение;
- В. смазать место повреждения йодом, дать обезболивающее средство и доставить в медицинское учреждение.

90. Иммобилизация это

- А. сбор военнослужащих;
- Б. приведение в свободное состояние частей тела;
- В. приведение в неподвижное состояние части тела (конечность, позвоночник).

91. Шину из жесткого материала накладывают

- А. на голое тело
- Б. на скрученную косынку
- В. на вату, полотенце или другую мягкую ткань без складок

92. При иммобилизации фиксируют

- А. повреждённый сустав
- Б. повреждённый и соседний сустав
- В. все суставы

93. В качестве шины можно использовать

- А. лыжную палку, доску, полотенце;
- Б. обрезок доски, подходящую ветку дерева, лыжу;
- В. лыжную палку, доску, полотенце, гибкий кабель, обрезок доски, подходящую ветку дерева, лыжу.

94. При отсутствии подходящей шины при переломе большой берцовой кости возможно

- А. иммобилизовать конечность при помощи скотча;
- Б. иммобилизовать конечность при помощи клея и брезента;
- В. прибинтовать больную ногу к здоровой.

Тема: Экстренная реанимационная помощь

95. Когда проводят реанимацию

- А. при переломе;
- Б. при кровотечении;
- В. когда отсутствует дыхание и сердечная деятельность;
- Г. при вывихе ноги;
- Д. нет правильного ответа

96. Когда должен применяться непрямой массаж сердца?

- А. после освобождения пострадавшего от опасного фактора;
- Б. при повышении артериального давления;
- В. при отсутствии пульса;
- Г. при применении искусственного дыхания;
- Д. при кровотечении

97. В какой последовательности необходимо оказывать первую помощь пострадавшему при прекращении у него сердечной деятельности и дыхания?

- А. освободить дыхательные пути, проводить искусственное дыхание и наружный массаж сердца;
- Б. выполнить массаж сердца, освободить дыхательные пути, а затем провести искусственное дыхание;
- В. освободить дыхательные пути, проводить искусственное дыхание и массаж сердца.

98. При оказании реанимационной помощи необходимо:

- А. положить пострадавшего на спину на мягкую поверхность, произвести прекардиальный удар в области шеи, приступить к непрямому массажу сердца и искусственной вентиляции легких, срочно доставить пострадавшего в больницу;
- Б. положить пострадавшего на спину на жесткую поверхность, произвести прекардиальный удар в области грудины, приступить к непрямому массажу сердца и искусственной вентиляции легких, вызвать «скорую помощь» или срочно доставить пострадавшего в больницу;
- В. произвести удар в области мечевидного отростка, приступить к непрямому массажу сердца и искусственной вентиляции легких, вызвать «скорую помощь» или срочно доставить пострадавшего в больницу.

Тема: Ожоги

99. При ожоге необходимо:

- А. убрать с поверхности тела горячий предмет, срезать ножницами одежду, на поврежденную поверхность на 5—10 минут наложить холод, здоровую кожу вокруг ожога продезинфицировать, на обожженную поверхность наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение;

Б-убрать с поверхности тела горячий предмет, срезать ножницами одежду, поврежденную поверхность смазать йодом, а затем маслом, наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение;

В -убрать с поверхности тела горячий предмет, не срезая ножницами одежды, залить обожженную поверхность маслом, наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение.

100. При ожоге третьей степени немедленно вызовите «скорую помощь» и:

А – Полейте пузыри водой;

Б – Дайте пострадавшему большое количество жидкости;

В – Обработайте кожу жиром или зеленкой;

101. У пострадавшего на пожаре поражены ткани, лежащие глубоко (подкожная клетчатка, мышцы, сухожилия, нервы, сосуды, кости), частично обуглены ступни, какая у него степень ожога

А- I

Б- II

В- IIIа

Г- IIIб

Д- IV

102. Признаки теплового удара

А- повышение температуры тела, появляются озноб, разбитость, головная боль, головокружение, покраснение кожи лица, резкое учащение пульса и дыхания, заметны потеря аппетита, тошнота, обильное потоотделение;

Б- понижение температуры тела, появляются озноб, разбитость, головная боль, головокружение, покраснение кожи лица, резкое учащение пульса и дыхания, заметны потеря аппетита, тошнота;

В- повышение температуры тела, головная боль, покраснение кожи лица, обильное потоотделение.

103. Причины, способствующие отморожению

А- низкая влажность воздуха, тяжёлая физическая работа, тёплая одежда, вынужденное продолжительное длительное пребывание на морозе (лыжники, альпинисты);

Б- высокая влажность воздуха, сильный ветер, тесная сырая обувь, вынужденное продолжительное неподвижное положение, длительное пребывание на морозе (лыжники, альпинисты), алкогольное опьянение;

В- низкая температура окружающего воздуха, тяжёлая физическая работа, тёплая одежда, вынужденное продолжительное длительное пребывание на морозе (лыжники, альпинисты).

104. При неглубоком отморожении ушных раковин, носа, щек

А- их растирают снегом до покраснения. Затем протирают 70 % этиловым спиртом и смазывают вазелиновым маслом или каким-либо жиром.

Б- их растирают теплой рукой или мягкой тканью до покраснения. Затем протирают холодной водой и смазывают вазелиновым маслом или каким-либо жиром.

В- их растирают теплой рукой или мягкой тканью до покраснения. Затем протирают 70 % этиловым спиртом и смазывают вазелиновым маслом или каким-либо жиром.

105. При тепловом ударе необходимо

А- пострадавшего раздеть, уложить на спину с приподнятыми конечностями и опущенной головой, положить холодные компрессы на голову, шею, грудь, дать обильное холодное питьё;

Б- уложить пострадавшего в постель, дать чай, кофе, в тяжелых случаях пострадавшего следует уложить на спину с опущенными конечностями и приподнятой головой;

В- уложить пострадавшего в постель, дать холодные напитки, в тяжелых случаях пострадавшего следует уложить на спину с опущенными конечностями и приподнятой головой.

106. Во время тяжёлой физической работы в помещении с высокой температурой

воздуха и влажностью возможен

- А- солнечный удар;
- Б- травматический шок;
- В- травматический токсикоз;
- Г- тепловой удар.

Тема: Ушибы головы, сотрясения головного мозга, травматический шок, сердечная недостаточность

107. Определите последовательность оказания первой медицинской помощи при обмороке:

- А- обрызгать лицо холодной водой;
 - Б- придать ногам возвышенное положение;
 - В- пострадавшего уложить на спину с несколько откинутой назад головой;
 - Г- расстегнуть воротник и дать доступ свежего воздуха.
- ответ-В,Г,А,Б

108. Определите последовательность оказания первой медицинской помощи при сотрясении головного мозга:

- А-срочно вызвать врача, обеспечить абсолютный покой пострадавшему, на его голову наложить холод;
- Б-наложить на голову пострадавшего холод, дать ему крепкого чая или кофе, сопроводить его в медицинское учреждение;
- В-дать пострадавшему обезболивающие и успокоительные таблетки, доставить его в медицинское учреждение.

109. В результате падения у подростка появилась тошнота и рвота, нарушилась координация движений. Какова последовательность действий по оказанию первой медицинской помощи:

- А-дать обезболивающие таблетки и проводить подростка в ближайшую поликлинику, больницу;
- Б-сделать промывание желудка, поставить клизму, дать успокаивающее;
- В-обеспечить покой, приложить к голове холодный компресс, вызвать «скорую помощь».

110. При травматическом шоке прежде всего необходимо:

- А-создать спокойную обстановку для пострадавшего (исключить раздражающие шумы), дать обезболивающее средство;
- Б-провести временную иммобилизацию, обеспечить полный покой пострадавшему, направить пострадавшего в лечебное заведение;
- В- устранить действие травматического фактора, остановить кровотечение, дать обезболивающее, обработать рану, наложить давящую повязку.

111. Внезапно возникающая потеря сознания - это:

- А – Шок;
- Б – Обморок;
- В – Мигрень;
- Г – Коллапс.

112. Причиной сердечной недостаточности могут быть:

- А-ревматические поражения сердечной мышцы, пороки сердца, инфаркт миокарда, физическое перенапряжение, нарушение обмена веществ и авитаминозы;
- Б-внутреннее и наружное кровотечение, повреждение опорно-двигательного аппарата, переутомление, тепловой и солнечный удары;
- В-тяжелые повреждения, сопровождающиеся кровопотерей, размоложение мягких тканей, раздробление костей, обширные термические ожоги.

113. Признаки сотрясение головного мозга

А- кратковременная потеря сознания, рвота, утрата памяти на события, предшествующие травме (ретроградная амнезия), головная боль, головокружение, шум в ушах, неустойчивая походка, зрачки расширены;

Б- кратковременная потеря сознания, головная боль, головокружение, нарушение сна;

В- головная боль, рвота, головокружение, нарушение сна;

114. Основные причины травматического шока

А- переутомление, перегрузка, кровопотеря;

Б- боль, большая кровопотеря, интоксикация за счет всасывания продуктов распада омертвевших и разможенных тканей, повреждение жизненно важных органов с расстройством их функций

В- боль, кровопотеря, интоксикация за счет всасывания продуктов распада алкоголя, повреждение жизненно важных органов.

115. Нормальное артериальное давление составляет

А- 120/60 мм.рт. ст.;

Б- 140/80 мм.рт. ст.;

В- 130-120/80 мм.рт. ст.

116. При артериальном давлении 160/110 больному запрещается

А- пить чай, кофе;

Б- лежать на мягкой постели;

В- пить клюквенный морс.

Ответ:;2- А;3-В;4-В;5-Б;6-А;7-А;8-Б;9-В;10-А.

Тема: Повязки

117. При травмах затылка накладывается повязка:

А – Косыночная

Б – Спиральная;

В – Крестообразная.

118. Любую повязку начинают с фиксирующих ходов. Это означает:

А-фиксирование второго тура бинта к третьему;

Б- второй тур бинта надо закрепить к первому булавкой или шпилькой;

В- первый тур надо закрепить, загнув кончик бинта, и зафиксировать его вторым туром.

119. Найдите ошибку, допущенную при перечислении назначения повязки:

А - повязка предохраняет рану от воздействия воздушной среды;

Б - повязка предохраняет рану от загрязнения

В - повязка закрывает рану;

Г -повязка уменьшает боль.

120. При наложении повязки запрещается

А - касаться руками стерильной части бинта, соприкасающейся с раной;

Б - касаться руками стерильной части бинта, не соприкасающейся с раной;

В - делать перекрутку бинта

121. Бинтование, как правило, ведут

А- слева направо, от периферии к центру;

Б- справа на лево, от периферии к центру;

В- слева на право, от центра к периферии.

122. При повреждениях щек и подбородочной области применяется

- А- повязка «чепец»
- Б- повязка «уздечка»
- В- повязка — «шапка Гиппократ».

123. При повреждениях волосистой части головы применяется

- А- повязка— «шапка Гиппократ».
- Б- повязка «уздечка»
- В- повязка «чепец»

124. При наложении повязки при открытом пневмотораксе необходимо

- А- наложить на рану прорезиненную оболочку ППМ (перевязочный пакет медицинский) внутренней стороной без предварительной прокладки марлевой салфеткой;
- Б- наложить непосредственно на рану любой воздухонепроницаемый материал
- В- перебинтовать рану стерильным бинтом.

125. Для оказания первой медицинской помощи при открытых повреждениях (раны, ожоги) в качестве асептической повязки удобнее всего использовать

- А- стерильный бинт;
- Б- перевязочный пакет медицинский (ППМ)
- В- стерильный бинт, вату.

126. При пулевом ранении мягких тканей голени необходима

- А- укрепляющая повязка;
- Б- давящая повязка;
- В- иммобилизующая повязка;
- Г- толстая повязка.

Тема: Вредные привычки

127. Признаки острого отравления никотином при курении сигарет

- а) кашель, головокружение, слабость, онемение
- б) головокружение, кашель, тошнота, горечь во рту
- в) головокружение, кислородное голодание, тошнота, одышка

128. Какой орган человека страдает от воздействия табачного дыма

- а) мозг, горло, рот
- б) воздухоносные пути и легочная ткань
- в) гортань, легкие, мозг

129. Последствия курения для женского организма:

- а) специфический запах изо рта, кожа теряет эластичность, голос хриплый и низкий, неполноценные и мертворожденные дети, снижение работоспособности, обострение заболеваний верхних дыхательных путей, развитие сердечных заболеваний.
- б) специфический запах изо рта, кожа теряет эластичность, голос хриплый и низкий, развитие сердечных заболеваний, хронический бронхит
- в) специфический запах изо рта, кожа теряет эластичность, голос хриплый и низкий, отсутствие женственности, свежести, выкидыши, неполноценные и мертворожденные дети, возникновение злокачественных новообразований и заболеваний.

130. Последствия курения для мужского организма:

- а) специфический запах изо рта, сексуальная беспомощность, развитие сердечных заболеваний,

хронический бронхит, изменения в деятельности нервной системы.

б) специфический запах изо рта, кожа теряет эластичность, голос хриплый и низкий, обострение заболеваний верхних дыхательных путей

в) специфический запах изо рта, отложение холестерина на стенках артерий сердца, отсутствие координации движения

131. Употребление этилового спирта (водки, пива, энергетических напитков) особенно вредное влияние оказывает на:

а) печень, сердце и мозг, сосуды

б) железы внутренней секреции, желудок

в) печень, поджелудочную и половые железы

Тема: Средства индивидуальной защиты

132. Каким образом определяется рост шлема-маски противогаза?

1) рост шлема-маски противогаза измеряют линейкой от одного уха до другого

2) рост шлема-маски противогаза измеряют сантиметровой лентой по периметру головы через точки: макушка, щеки, подбородок

3) рост шлема-маски противогаза измеряют сантиметровой лентой по периметру головы через точки: лоб, затылок

133. Шлемы-маски гражданского противогаза ГП-5 изготавливаются следующих ростов:

1) 0,1,2,3,4,5

2) 1,2,3,4,5

3) 0,1,2,3,4

134. Ношение фильтрующего противогаза осуществляется в трех положениях:

1) походное, наготове, боевое

2) наизготовку, пешее, походное.

3) наготове, боевое, бегом

135. Противопылевая тканевая маска ПТМ-1 состоит из корпуса и крепления. Корпус делается из:

1) 3-4 слоёв ткани

2) 4-5 слоёв ткани

3) 5-6 слоёв ткани

136. Верхний слой делается из:

1) трикотажа, марли, ситца

2) велюра, трикотажа, марли

3) бязи, штапельного полотна, трикотажа

137. Внутренний слой делается из:

1) фланели, хлопчатобумажной или шерстяной ткани

2) бязи, штапельного полотна, трикотажа

3) велюра, трикотажа, марли

138. Медицинские средства защиты

1) аптечка, специальные средства защиты, ИПП-8

2) аптечка индивидуальная АИ-1, индивидуальный противохимический пакет (ИПП-8), индивидуальный перевязочный пакет

3) перевязочные и лекарственные средства, ИПП-8, АИ-1

139. Для чего предназначен пакет ИПП-8

- 1) для обеззараживания бактерий
- 2) для обеззараживания химически активных веществ
- 3) для обеззараживания капельножидких ОВ

140. Из чего состоит пакет ИПП-8

- 1) стеклянный флакон с дегазирующим раствором, четыре ватно-марлевых тампона
- 2) пластиковый флакон с дегазирующим раствором, шесть ватно-марлевых тампонов
- 3) специальный тефлоновый флакон с дератизационным раствором, четыре ватно-марлевых тампона

141. Размеры ватно-марлевой повязки

- 1) марля 100*60 см, слой ваты 30*30 см
- 2) марля 100*50 см, слой ваты 30*20 см
- 3) марля 90*60 см, слой ваты 30*230 см

Тема: Единая государственная система предупреждений и ликвидации ЧС (РСЧС)

142. Каким законом определены права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций?

- а) Законом Российской Федерации «О безопасности»;
- б) Федеральным законом «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
- в) Федеральным законом «О гражданской обороне»;
- г) Федеральным законом «О радиационной безопасности населения».

143. Укажите закон, закрепляющий правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства.

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

144. Гражданская оборона — это:

- а) система мероприятий по прогнозированию, предотвращению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;
- б) система, обеспечивающая постоянную готовность органов государственного управления для быстрых и эффективных действий по организации первоочередного жизнеобеспечения населения при ведении военных действий;
- в) 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, а также при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- г) система мероприятий по прогнозированию, предотвращению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в военное время.

145. В каком году была создана Гражданская оборона СССР?

- а) в 1932 г.;
- б) в 1961 г.;
- в) в 1924 г.;
- г) в 1941 г.

146. Признаки сотрясение головного мозга

А- кратковременная потеря сознания, рвота, утрата памяти на события, предшествующие травме (ретроградная амнезия), головная боль, головокружение, шум в ушах, неустойчивая походка, зрачки расширены;

Б- кратковременная потеря сознания, головная боль, головокружение, нарушение сна;

В- головная боль, рвота, головокружение, нарушение сна;

147. Основные причины травматического шока

А- переутомление, перегрузка, кровопотеря;

Б- боль, большая кровопотеря, интоксикация за счет всасывания продуктов распада омертвевших и размозженных тканей, повреждение жизненно важных органов с расстройством их функций

В- боль, кровопотеря, интоксикация за счет всасывания продуктов распада алкоголя, повреждение жизненно важных органов.

148. Нормальное артериальное давление составляет

А- 120/60 мм.рт. ст.;

Б- 140/80 мм.рт. ст.;

В- 130-120/80 мм.рт. ст.

149. У пострадавшего на пожаре поражены ткани, лежащие глубоко (подкожная клетчатка, мышцы, сухожилия, нервы, сосуды, кости), частично обуглены ступни, какая у него степень ожога

А- I

Б- II

В- IIIа

Г- IIIб

Д- IV

Комплект разноуровневых задач и заданий

Задача 1.

В вашей квартире начался пожар. Ваши действия.

- если у вас нет огнетушителя, подручными средствами тушения могут быть: плотная ткань (лучше мокрая) и вода;
 - загоревшиеся шторы нужно сорвать и затоптать или бросить в ванну, заливая водой;
 - так же нужно тушить одеяло, подушки;
 - нельзя открывать окна, так как огонь с приходом кислорода вспыхнет сильнее, из-за этого же надо очень осторожно открывать комнаты, где происходит пожар, - пламя может полыхнуть навстречу;
 - чтобы избежать удара током, необходимо отключить электричество, когда приходится тушить электропроводку или заливать водой;
 - погасив пожар в квартире, необходимо убедиться, что ничто не тлеет;
- если потушить пожар подручными средствами не представляется возможным, то необходимо в срочном порядке покинуть помещение. Покидать помещение можно, только зная, что в помещении никого не осталось;
- по задымленным коридорам пробираться на четвереньках или ползком - внизу меньше дыма;
 - необходимо закрывать по пути двери;
 - вызвать пожарных по телефону 01 от соседей.

Задача 2.

Вы зашли, в подъезд дома. В подъезде ощущается сильный запах дыма. Ваши действия.

- попробовать определить источник запаха;
- позвонить в ближайшую квартиру и предупредить жильцов о возможной опасности;
- при обнаружении очага возгорания попытаться потушить пламя подручными средствами;
- в случае возгорания электропроводки обесточить электрический щиток;
- если потушить пожар подручными средствами не представляется возможным, то необходимо вызвать пожарную службу по телефону 01.

Задача 3.

По возвращении домой вы обнаружили, что дверь вашей квартиры взломана или открыта. Ваши действия.

- не входить в квартиру;
- позвонить в соседнюю квартиру и вызвать милицию по телефону 02;
- позвонить домой и узнать, что там происходит;
- попросить кого-нибудь из соседей дежурить у подъезда, чтобы выяснить, на какой машине и куда уедут предполагаемые воры;
- наблюдая за квартирой, подготовиться к тому, чтобы запомнить возможных «гостей» (лица, одежду, телосложение);
- дождаться приезда милицейского наряда, не входя в свою квартиру;
- действовать в соответствии с распоряжениями сотрудников милиции.

Задача 4.

Вы открываете дверь квартиры, а в вашей квартире посторонние. Ваши действия.

- закрыть дверь на ключ, не вынимая его из замка;
- обратиться за помощью к соседям;
- доступным способом по телефону соседей и т.п. вызвать милицию;
- позвонить домой и узнать, что там происходит;
- попросить кого-нибудь из соседей дежурить у подъезда, чтобы выяснить, на какой машине и куда уедут воры;
- наблюдая за квартирой, подготовиться к тому, чтобы запомнить «гостей» (лица, одежду, телосложение).

Задача 5.

Звонок в вашу квартиру. Ваши действия.

- посмотреть в глазок;
- если на пороге незнакомец, попросить его представиться;
- не торопиться открывать дверь предлагающим погадать, купить дешево мед и пр.;
- если за дверью должностное лицо, то необходимо проверить его по телефону либо договориться о встрече в удобное для вас время;
- если ответа не последовало и нет цепочки, связаться с соседями (по телефону, если телефон отключен или отсутствует вовсе, -через окно, балкон, стуком в дверь, в стену, в батарею отопления, в стояк труб), чтобы они помогли вам, не подвергая себя опасности;

- если соседи отсутствуют, выйти на балкон или открыть окно и убедить находящихся на улице (во дворе) людей сообщить в милицию или подняться к вам на площадку, соблюдая осторожность и действуя не в одиночку, а группой;
- если эти действия невозможны, то вызвать милицию по телефону 02.

Задача 6.

В вашей квартире ощущается сильный запах газа. Ваши действия.

- не включать свет и электроприборы, не зажигать спички;
- проверить конфорки (если открыты, закрыть и перекрыть основной вентиль подачи газа);
- открыть окна и двери;
- пойти к соседям и позвонить родителям и в аварийную службу по телефону 04.

Задача 7.

Сильный запах газа в подъезде. Ваши действия.

- не включать свет и электроприборы, не зажигать спички;
- попытаться установить место утечки (перекрыть основной вентиль подачи газа);
- проветрить помещение;
- сообщить соседям;
- позвонить родителям и в аварийную службу по телефону 04.

Задача 8.

Вы находитесь дома, услышали звуки сирены и прерывистые гудки. Ваши действия.

- немедленно включить радио или телевизор для прослушивания экстренных сообщений;
- сообщить соседям и родственникам о случившемся, привести домой детей и действовать согласно полученной информации;
- при необходимости эвакуации собрать в небольшой чемодан (рюкзак) вещи первой необходимости, подготовить квартиру к консервации;
- оказать помощь больным и престарелым, проживающим по соседству.

Задача 9.

Вас в здании застало землетрясение. Ваши действия.

- быть внимательным к сообщениям местных органов ГОЧС;

- строго выполнять их указания и рекомендации;
- с момента первых колебаний до разрушительных толчков обычно проходит 15-20 секунд, поэтому если вы находитесь на 1-2 этажах, быстро покинуть здание и отойти от него на открытое место;
- находясь выше 2 этажа, уйдите из угловых комнат;
- занять наиболее безопасное место (на удалении от окон, в проемах внутренних капитальных стен, в углах между стенами, лучше под кроватью, столом, другим прочным и устойчивым предметом).

Задача 10.

Вы получили сигнал об угрозе затопления или наводнения. Ваши действия.

- сообщить о наводнении вашим близким, соседям;
- быть внимательным к сообщениям местных органов ГОЧС;
- строго выполнять их указания и рекомендации;
- продолжая слушать радио (если речь идет не о внезапном катастрофическом затоплении), готовьтесь к эвакуации, перенесите на верхние этажи ценные вещи;
- окна и двери первых этажей забейте досками или фанерой;
- при внезапном наводнении необходимо как можно быстрее занять ближайшее возвышенное место и быть готовым к организованной эвакуации по воде;
- необходимо принять меры, позволяющие спасателям своевременно обнаружить людей, отрезанных водой и нуждающихся в помощи; в светлое время суток вывесить на высоком месте полотнище, а в темное - подавать световые сигналы.

Задача 11.

Произошел взрыв на атомной электростанции (АЭС), возникла угроза радиоактивного заражения. Ваши действия.

- защитить органы дыхания имеющимися средствами индивидуальной защиты - надеть маски противогазов, респираторы, ватно-тканевые повязки, противопыльные тканевые маски или применить подручные средства (платки, шарфы и др.);
- по возможности быстро укрыться в ближайшем здании, защитном сооружении;
- войдя в помещение, снять и поместить верхнюю одежду и обувь в пластиковый пакет или пленку, закрыть окна и двери, отключить вентиляцию, включить телевизор, радиоприемник;
- занять место вдали от окон;
- при наличии измерителя мощности дозы (дозиметра), рентгенометра - определить уровень радиации;

- провести герметизацию помещения и защиту продуктов питания;
- сделать запас воды в закрытых сосудах;
- принимать лекарственные препараты, которые выдаются лечебно-профилактическими учреждениями в первые часы после аварии;
- строго соблюдать правила личной гигиены, значительно снижающие внутреннее облучение организма;
- оставлять помещение только при крайней необходимости и на короткое время. При выходе защищать органы дыхания и надевать плащи, накидки из подручных материалов и средства защиты кожи. После возвращения переодеться.

Задача 12.

В вашем районе проживания произошел выброс ядовитых веществ. Ваши действия.

- защитить органы дыхания имеющимися средствами индивидуальной защиты - надеть маски противогазов, респираторы, ватно-тканевые повязки, противопыльные тканевые маски или применить подручные средства (платки, шарфы и др.);
- по возможности быстро укрыться в ближайшем здании, защитном сооружении;
- войдя в помещение, снять и поместить верхнюю одежду и обувь в пластиковый пакет или пленку, закрыть окна и двери, отключить вентиляцию, включить телевизор, радиоприемник;
- занять место вдали от окон;
- провести герметизацию помещения и защиту продуктов питания;
- сделать запас воды в закрытых сосудах;
- принимать лекарственные препараты, которые выдаются лечебно-профилактическими учреждениями в первые часы после аварии;
- строго соблюдать правила личной гигиены, значительно снижающие внутреннее отравление организма;
- оставлять помещение только при крайней необходимости и на короткое время. При выходе защищать органы дыхания ватно-марлевой повязкой (носовым платком, куском материи), предварительно смочив ее водой или раствором питьевой соды (при хлоре), раствором лимонной кислоты (при аммиаке) и надевать плащи, накидки из подручных материалов и средства защиты кожи. После возвращения переодеться;
- зону заражения необходимо преодолевать в направлении, перпендикулярном направлению ветра;
- при подозрении на отравление исключить любые физические нагрузки, принять обильное теплое питье и обратиться к медицинскому работнику.

Задача 13.

Вы попали в железнодорожную катастрофу. Ваши действия с целью уменьшения факторов риска для жизни и здоровья.

- сохранять спокойствие, выдержку и самообладание, не поддаваться панике;
- закрыть голову руками;
- упереться ногами в стену по ходу движения поезда;
- если с вами ребенок, его нужно крепко прижать, закрыть собой;
- наиболее опасное место для пассажира - верхняя полка, а также падающий багаж;
- после того, как произошел удар и полная остановка вагона, первым делом нужно определить, в каком положении вы находитесь, не горит ли вагон;
- в зависимости от ситуации двигаться к выходу через дверь или окно;
- если двери сразу не открылись, скорее всего, их заклинило, в этом случае надо выбивать стекла;
- выбравшись из вагона и отойдя на безопасное расстояние, следует приступить к осмотру травм и повреждений и приступить к оказанию первой помощи пострадавшим.

Задача 14.

Вы собираетесь в лес на прогулку. Какие меры предосторожности вы примете?

- необходимо подготовить обувь и одежду по погоде;
- взять компас для ориентирования и предметы первой необходимости (топор, спички);
- необходимо знать местность;
- предупредить близких, друзей или соседей о месте прогулки и ее длительности;
- при длительной прогулке взять не скоропортящиеся продукты питания и воду в закрытой упаковке.

Задача 15.

Вы решили искупаться в необорудованном водоеме. Меры предосторожности, которые необходимо принять.

- купаться в незнакомых и необорудованных водоемах не желательно;
- запрещается купание в нетрезвом виде;
- необходимо проверить глубину подручными предметами;

- выбрать безопасное место: удобный спуск, отсутствие камней, ям, коряг, стекол и пр., отсутствие водоворотов и быстрого течения;
- не желательно купаться в темное время суток;
- также опасно купаться в одиночестве;
- во избежание судорог и переохлаждения нельзя купаться в холодной воде;
- по возможности иметь спасательные средства.

Задача 16.

Какое стихийное бедствие описано в газетных материалах.

В 4 часа ночи 5 ноября 1952 года жители города Северо-Курильск и ряда прибрежных поселков на острове Парамушир, входящем в состав Курильских островов, были разбужены сильными толчками, которые продолжались около получаса. Землетрясения бывают здесь достаточно часто, и люди опять легли спать, когда земля как будто успокоилась. Вскоре со стороны моря раздался сильный шум и треск – на город наступал огромный водяной вал, который прокатился по острову, дошел до склона сопки и отхлынул назад. Полуодетые люди бежали в сопки. Была на редкость тихая лунная ночь.

Задача 17.

Летним вечером Вы возвращаетесь с работы и видите, что в пруду неподалеку кто-то тонет. Опишите два варианта ситуации: 1) Вы не умеете плавать; 2) Вы хороший пловец.

Задача 18

Прошлым летом, когда Вы отдыхали в деревне под Нижним Новгородом, неподалеку начался лесной пожар. Ваши действия вместе с местными жителями.

Задача 19

На Рождество Вы оказались в Тайланде, Ваш отель расположен на берегу, поступило предупреждение об идущей с моря волне цунами. Ваши действия.

Комплект заданий

Самостоятельная работа №1

Тема № 1 «Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)»

1. Когда и с какой целью в РФ была создана единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)?
2. Какие основные задачи по защите населения страны от ЧС природного и техногенного характера решает РСЧС?
3. Какие силы и формирования составляют основу сил постоянной готовности РСЧС?

Задание

Используя предложенную литературу и интернет источники ответить на вопросы.
Форма сдачи отчетности: письменные ответы на вопросы в тетради.

Самостоятельная работа №2

Тема № 2 «Гражданская оборона»

- 1.Для чего предназначена гражданская оборона? Обоснуйте свой ответ.
- 2.Когда и с какой целью была создана ГО в нашей стране?3.Как осуществляется руководство гражданской обороной в нашей стране?

Задание

Используя предложенную литературу и интернет источники ответить на вопросы.
Форма сдачи отчетности: письменные ответы на вопросы в тетради.

Самостоятельная работа №3

Тема № 3 «Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан»

- 1.Каковы функции противопожарной службы Российской Федерации?
- 2.Какие задачи решает полиция РФ?
3. Охарактеризуйте деятельность службы скорой медицинской помощи.

Задание

Используя предложенную литературу и интернет источники ответить на вопросы.
Форма сдачи отчетности: письменные ответы на вопросы в тетради.

Самостоятельная работа №4

Тема № 4 «Вооруженные силы РФ»

1. Каково основное предназначение ВС РФ?
- 2.Каков состав современных ВС РФ?
- 3.Для решения каких задач предназначен сегодня вид ВС – Воздушно Космические Войска?

4. Кто является Главкомандующим ВКС?

Задание

Используя предложенную литературу и интернет источники ответить на вопросы.

Форма сдачи отчетности: письменные ответы на вопросы в тетради.

Самостоятельная работа №5

Тема № 5 «Личная безопасность и сохранение здоровья»

1. Каковы, на ваш взгляд, наиболее опасные места в нашем лицее с точки зрения возможности получения травмы?
2. Какие меры безопасности необходимо соблюдать при купании в незнакомом месте?
3. Что необходимо сделать если вы почувствовали запах дыма в подъезде вашего дома?

Задание

Используя предложенную литературу и интернет источники ответить на вопросы.

Форма сдачи отчетности: письменные ответы на вопросы в тетради.

Самостоятельная работа №6

Тема № 6 «Основы медицинских знаний»

1. Какие причины могут привести к травме опорно-двигательного аппарата?
 2. При каких повреждениях необходима иммобилизация пострадавшего?
 3. Какие существуют методы временной остановки кровотечения?
- Формат выполнения: подготовка ответов на вопросы.

Задание

Используя предложенную литературу и интернет источники ответить на вопросы.

Форма сдачи отчетности: письменные ответы на вопросы в тетради.

Самостоятельная работа №7

Тема № 7 «Основы обороны государства»

1. Какие основные задачи выполняют ВС РФ в мирное время?
2. В чём заключается новая система комплектования частей солдатами и сержантами?
3. Каковы значение и роль международной деятельности ВС РФ?

Задание

Используя предложенную литературу и интернет источники ответить на вопросы.

Форма сдачи отчетности: письменные ответы на вопросы в тетради.

Рекомендуемая литература

1. С какого момента гражданин приобретает статус военнослужащего?
2. Какой существует порядок размещения военнослужащих, проходящих военную службу по призыву?

Задание

Используя предложенную литературу и интернет источники ответить на вопросы.

Форма сдачи отчетности: письменные ответы на вопросы в тетради.

Самостоятельная работа №9

Тема № 9 «Общевоинские уставы»

1. На каких военнослужащих распространяется действие Устава гарнизонной и караульной служб?
2. Что такое воинская дисциплина и на чём она основывается?
3. Для каких целей предназначена внутренняя служба в воинских частях и подразделениях?

Задание

Используя предложенную литературу и интернет источники ответить на вопросы.

Форма сдачи отчетности: письменные ответы на вопросы в тетради.

Самостоятельная работа №10

Тема № 10 «Строевая подготовка» Что определяет Строевой

Устав?

1. На каких военнослужащих распространяется действие Строевого Устава?
2. Какие существуют обязанности для командиров и военнослужащих перед построением и в строю?

Задание

Используя предложенную литературу и интернет источники ответить на вопросы.

Форма сдачи отчетности: письменные ответы на вопросы в тетради.

Вопросы по темам/ разделам дисциплины

1. Чрезвычайная ситуация
2. Катастрофа
3. Экологическая катастрофа
4. Производственная или транспортная катастрофа.
5. Открытые и перекрытые щели:
6. Меры по предотвращению террористического акта
7. Модель поведения при захвате в заложники
8. гражданская оборона
9. первая помощь при ожогах
10. Принципы борьбы с терроризмом
11. Формы проявления современного терроризма
12. Классификация стрелкового оружия
13. Основные виды стрелкового оружия
14. Организационная структура РСЧС
15. Службы, входящие в силы и средства ликвидации ЧС.
16. Службы, входящие в силы и средства наблюдения и контроля
17. Органы управления РСЧС
18. История РСЧС Основные поражающие факторы ядерного взрыва
19. Правила поведения при радиоактивном заражении местности
20. Состав и виды химического оружия
21. Характеристика БТХВ нервно-паралитического действия
22. Состав и свойства биологического оружия Факторы биологического оружия
23. Понятия дезинфекция, дезинсекция и дератизация
24. Классификация средств защиты
25. СИЗ органов дыхания

Темы эссе

1. Терроризм как международная проблема современности.
2. Угрозы международной безопасности.
3. Зоны загрязнения и заражения, очаги поражения при различных видах ЧС, поражающие факторы.
4. Ионизирующие излучения и защита от них.
5. Проведение аварийно-спасательных работ при взрыве бытового газа.
6. Другие неотложные работы при наводнении.
7. Электробезопасность на производстве.

8. Место и роль знаний по безопасности жизнедеятельности человека в современном мире.
9. Ураган, тайфун, циклон, смерч, торнадо. Характеристика. Действия населения при угрозе их возникновения.
10. Засуха (необычно сильная жара). Характеристика. Гипертермия. Симптомы, помощь, профилактика перегревания.
11. Необычайно сильные морозы. Характеристика.
12. Действия населения, находящегося под обломками зданий в случае землетрясения.
13. Действия населения при угрозе возникновения наводнения.
14. Влияние химических веществ на организм человека.
15. Надежность человека как звена сложной технологической системы.