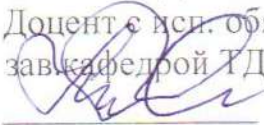


Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Лысьвенский филиал федерального государственного автономного образовательного учрежде-  
ния высшего образования  
«Пермский национальный исследовательский политехнический университет»

**УТВЕРЖДАЮ**

Доцент с исп. обязанностей  
зав. кафедрой ТД

  
Т.О. Сошина  
« 28 » 02 2022 г

## **ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттеста-  
ции обучающихся по учебному предмету

## **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*Приложение к рабочей программе учебного предмета*

основной профессиональной образовательной программы  
подготовки специалистов среднего звена  
по специальности СПО 38.02.05 Товароведение и экспертиза качества  
потребительских товаров

(базовая подготовка)

Лысьва, 2022

Фонд оценочных средств разработан на основе:

– Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации «28» июля 2014 г. № 835 по специальности 38.02.05 Товароведение и экспертиза качества потребительских товаров

– Рабочей программы учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности, утвержденной «28» 02 2022 г.

Разработчик: преподаватель А.В. Витман

Фонд оценочных средств рассмотрен и одобрен на заседании предметной (цикловой) комиссии *Технических дисциплин* (ПЦК ТД) «15» 02 2022 г., протокол № 6.

Председатель ПЦК ТД



О.Н. Карсакова

## ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебного предмета *Основы безопасности жизнедеятельности* обучающийся должен обладать следующими результатами обучения: **личностными, метапредметными и предметными.**

Коды результатов	Планируемые результаты освоения учебного предмета включают:
<b>Личностные:</b>	
ЛР3	Готовность к служению Отечеству, его защите
ЛР11	Принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков
ЛР12	Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь
ЛР13	Осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем
ЛР14	Сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности
<b>Метапредметные:</b>	
МР1	Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях
МР2	Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты
МР3	Владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания
МР4	Готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников
МР5	Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности
МР6	Умение определять назначение и функции различных социальных институтов

МР7	Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей
<b>Предметные:</b>	
ПР1	Сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищённость личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора
ПР2	Знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз
ПР3	Сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения
ПР4	Сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности
ПР5	Знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера
ПР6	Знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.)
ПР7	Знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций
ПР8	Умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники
ПР9	Умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях
ПР10	Знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка
ПР11	Знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе
ПР12	Владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике

## 1 МЕТОДЫ И ФОРМЫ КОНТРОЛЯ ОЦЕНИВАНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 Для текущего и рубежного контроля формирования личностных, метапредметных и предметных результатов обучения используются следующие методы:

- *устный опрос;*
- *тестирование;*
- *наблюдение и оценка результатов практических занятий;*
- *экспертная оценка результатов самостоятельной работы;*
- *экспертная оценка реферата;*
- *экспертная оценка по результатам наблюдения за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебного предмета.*

2 Методические указания по организации Учебных сборов и фонд оценочных средств Учебных сборов приведены отдельным документом.

3 Формой промежуточной аттестации по учебному предмету является **дифференцированный зачет**, который проводится в сроки, установленные учебным планом и определяемые календарным учебным графиком образовательного процесса.

Таблица 1 – Методы и формы контроля и оценивания формируемых результатов обучения

Элемент учебного предмета	Методы и формы контроля и оценивания		
	Текущий контроль	Рубежный контроль	Промежуточная аттестация
<b>Тема 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>	Устный опрос Наблюдение и оценка результатов практических занятий Экспертная оценка результатов самостоятельной работы Экспертная оценка по результатам наблюдения за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебного предмета	Тестирование	
<b>Тема 2 Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	Устный опрос Наблюдение и оценка результатов практических занятий Экспертная оценка результатов самостоятельной	Тестирование	

	<p>работы</p> <p>Экспертная оценка по результатам наблюдения за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебного предмета</p>		
<p><b>Тема 3 Основы обороны государства и воинская обязанность</b></p>	<p>Устный опрос</p> <p>Наблюдение и оценка результатов практических занятий</p> <p>Экспертная оценка результатов самостоятельной работы</p> <p>Экспертная оценка по результатам наблюдения за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебного предмета.</p>	Тестирование	
<p><b>Тема 4 Основы медицинских знаний</b></p>	<p>Устный опрос</p> <p>Наблюдение и оценка результатов практических занятий</p> <p>Экспертная оценка результатов самостоятельной работы</p> <p>Экспертная оценка по результатам наблюдения за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебного предмета</p>	Тестирование	
<p>Форма контроля</p>			<p><b>Дифференцированный зачет</b></p>

### **Текущий контроль усвоения материала**

Текущий контроль усвоения материала проводится в форме устного опроса студентов по темам учебного предмета.

### **Наблюдение и оценка результатов практических занятий**

Типовые темы практических занятий приведены в РПД. Комплект заданий на практические занятия приведены в МУ по ПЗ по учебному предмету.

Защита отчетов по практическим занятиям проводится индивидуально каждым обучающимся в форме собеседования.

### **Экспертная оценка результатов самостоятельной работы**

Задания для самостоятельной работы приведены в МУ по СРС по учебному предмету.

Качественная оценка определения научного кругозора, степенью овладения методами теоретического исследования и развития самостоятельности мышления студента.

Способом проверки качества организации самостоятельной работы студентов является контроль:

- корректирующий (может осуществляться во время индивидуальных консультаций по поводу выполнения формы самостоятельной работы);
- констатирующий (по результатам выполнения специальных форм самостоятельной работы);
- самоконтроль (осуществляется самим студентом);
- текущий (в ходе выполнения различных форм самостоятельной работы, установленных рабочей программой);
- промежуточный (оценка результата обучения как итога выполнения студентом всех форм самостоятельной работы).

### **Экспертная оценка по результатам наблюдения за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебного предмета**

Осуществляется как наблюдение за процессом деятельности обучающегося в режиме реального времени. Является качественной оценкой освоения учебного предмета, учитываемой при промежуточной аттестации.

### **Рубежный контроль**

Рубежный контроль для комплексного оценивания усвоенных знаний, усвоенных умений проводится в форме тестирования (после изучения тем учебного предмета).

## 2 РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ НА ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОМ ЗАЧЕТЕ

В результате промежуточной аттестации по учебному предмету осуществляется комплексная проверка формирования личностных, метапредметных и предметных результатов обучения:

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Показатели оценки результатов
<b>Уметь:</b>	
– самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей	составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и в чрезвычайных ситуациях
– применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях	- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности; - распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных хобби; - соблюдать правила безопасности в увлечениях, не противоречащих законодательству РФ.
– самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях	- развитие логического, творческого мышления; продуктивного воображения. - целеустремленности и настойчивости в достижении целей; готовности к преодолению трудностей.
– продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты	- развитие самосознания, позитивной самооценки и самоуважения; готовности открыто выражать и отстаивать свою позицию; - формирование коммуникативных действий учета позиции собеседника; - формирование действий по организации и осуществлению сотрудничества.
– использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности	- высокой социальной и профессиональной мобильности на основе непрерывного образования и компетенции уметь учиться; - владение компьютерными программами обработки текстовой, числовой, графической, звуковой, видеоинформации; - умение работать в сети Интернет, пользоваться ее сервисами.
– предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники	правильно анализировать причины развития различных опасных ситуаций, ЧС природного и техногенного характера.
<b>Знать:</b>	



<p>– распространённые опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера</p>	<p>излагать правила безопасного поведения при возникновении различных опасных ситуаций и ЧС природного и техногенного характера</p>
<p>– факторы, пагубно влияющие на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.)</p>	<p>объяснение отрицательного влияния алкоголя, никотина, наркотических веществ на эмбриональное и постэмбриональное развитие человека</p>
<p>– основные меры защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций</p>	<p>- составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; - пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время.</p>
<p>– основные виды военно-профессиональной деятельности, особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнение с военной службы и пребывания в запасе</p>	<p>- порядок организации первоначальной постановки на воинский учет; - особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнение с военной службы и пребывания в запасе</p>
<p>– основные медицинские знания, в том числе оказание первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике</p>	<p>- основные принципы самоспасения (формула безопасности); - навыками в приемах проведения ИВЛ и непрямого массажа сердца; - основные правила поведения для профилактики травм в повседневной жизни.</p>
<p>– основы государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз</p>	<p>- комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области воинской обязанности граждан и военной службы; - использовать нормативные правовые акты для изучения и реализации своих прав и обязанностей до призыва, во время призыва, во время прохождения военной службы, во время увольнения с военной службы и пребывания в запасе.</p>
<p>– основы обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка</p>	<p>- особенности прохождения военной службы, основные требования к призывнику на военную службу, военной специальности, обязанности воина. - использовать Общевоинские уставы ВС РФ при подготовке к прохождению военной службы по призыву, контракту; - описывать порядок и сроки прохождения службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы; объяснять порядок назначения на воинскую должность, присвоения и лишения воинского звания - раскрывать сущность военной службы и составляющие воинской обязанности гражданина РФ;</p>

	- характеризовать обязательную и добровольную подготовку к военной службе; - раскрывать организацию воинского учета.
--	---

### 3 КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

#### Критерии устного ответа

Критерии оценки	Оценка
обучающийся полно излагает материал (отвечает на вопрос), дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка	Отлично
обучающийся дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого	Хорошо
обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого	Удовлетворительно
обучающийся обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом	Неудовлетворительно

#### Критерии оценки практических занятий

1 активность работы на практическом занятии (выполнение всех заданий, предложенных преподавателем);

2 правильность ответов на вопросы (верное, четкое и достаточно глубокое изложение понятий, идей, и т.д.);

3 полнота и одновременно лаконичность ответа (ответ должен отражать основные теории и концепции по раскрываемому вопросу, содержать их критический анализ и сопоставление);

4 умение формулировать собственную точку зрения, грамотно аргументировать свою позицию по раскрываемому вопросу;

5 культура речи (материал должен быть изложен хорошим профессиональным языком, с грамотным использованием соответствующей системы понятий и терминов)

### Критерии оценки практического задания

Критерии оценки	Оценка
<ul style="list-style-type: none"> <li>– практическое задание выполнено в установленный срок с использованием рекомендаций преподавателя</li> <li>– показан высокий уровень знания изученного материала по заданной теме</li> <li>– проявлен творческий подход</li> <li>– умение глубоко анализировать проблему и делать обобщающие практико-ориентированные выводы</li> <li>– работа выполнена без ошибок и недочетов или допущено не более одного недочета</li> </ul>	<b>Отлично</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>– практическое задание выполнено в установленный срок с использованием рекомендаций преподавателя</li> <li>– показан хороший уровень владения изученным материалом по заданной теме</li> <li>– работа выполнена полностью, но допущено в ней:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>а) не более одной негрубой ошибки и одного недочета</li> <li>б) или не более двух недочетов</li> </ul> </li> </ul>	<b>Хорошо</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>– практическое задание выполнено в установленный срок с частичным использованием рекомендаций преподавателя</li> <li>– продемонстрированы минимальные знания по основным темам изученного материала</li> <li>– выполнено не менее половины работы или допущены в ней:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>а) не более двух грубых ошибок;</li> <li>б) не более одной грубой ошибки и одного недочета;</li> <li>в) не более двух-трех негрубых ошибок;</li> <li>г) одна негрубая ошибка и три недочета;</li> <li>д) при отсутствии ошибок, 4-5 недочетов</li> </ul> </li> </ul>	<b>Удовлетворительно</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>– число ошибок и недочетов превосходит норму, при которой может быть выставлена оценка «удовлетворительно» или если правильно выполнено менее половины задания</li> <li>– если обучающийся не приступал к выполнению задания или правильно выполнил не более 10 процентов всех заданий</li> </ul>	<b>Неудовлетворительно</b>

### Критерии оценивания тестов

Отлично	Хорошо	Удовлетворительно	Неудовлетворительно
86 - 100	70 - 85	51- 69	51 и менее

### Критерии результатов самостоятельной работы

При экспертной оценке результатов самостоятельной работы учитываются такие критерии.:

- Глубина освоения знаний
- Источники информации
- Качество выполнения работы
- Самостоятельность изложения
- Творчество и личный вклад

- Соблюдение правил оформления

### Критерии оценивания доклада

Критерии оценки	Оценка
<ul style="list-style-type: none"> <li>– свободная речь, доклад производит выдающееся впечатление, сопровождается иллюстративным материалом</li> <li>- автор представил демонстрационный материал и прекрасно в нем ориентировался</li> <li>- отвечает на вопросы</li> <li>- показано владение специальным аппаратом</li> <li>- выводы полностью характеризуют работу</li> </ul>	<b>Отлично</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>– свободное владение текстом, обращение к слушателям</li> <li>- использование демонстрационного материала в докладе, хорошо оформлен, но есть неточности</li> <li>- не может ответить на большинство вопросов</li> <li>- использованы общенаучные и специальные термины</li> <li>- выводы нечеткие</li> <li>- имеются, но не доказаны.</li> </ul>	<b>Хорошо</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>– текст зачитывается монотонно, без обращения к слушателям</li> <li>- представленный демонстрационный материал оформлен плохо, неграмотно</li> <li>- не может четко ответить на вопросы</li> <li>- показано владение базовым аппаратом</li> <li>- выводы имеются, но не доказаны</li> </ul>	<b>Удовлетворительно</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- доклад рассказывается, но не объясняется суть работы, речь косноязычна</li> <li>- представленный демонстрационный материал не использовался докладчиком</li> <li>- не может ответить на вопросы</li> <li>- владение специальным аппаратом отсутствует</li> <li>- выводы имеются, но не доказаны</li> </ul>	<b>Неудовлетворительно</b>

### Экспертная оценка по результатам наблюдения за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебного предмета

Интегральная качественная оценка освоения учебного предмета, учитываемая при промежуточной аттестации.

### Критерии оценки промежуточной аттестации (дифференцированный зачет)

Дифференцированный зачет по учебному предмету проводится в тестовой форме. После решения теста обучающийся выполняет практическое задание. К сдаче дифференцированного зачета допускаются обучающиеся, выполнившие задания практических занятий и получившие оценки не ниже «удовлетворительно» по результатам текущей аттестации.

Основой для определения оценки на дифференцированном зачете служит объём и уровень усвоения обучающимися материала, предусмотренного рабочей программой учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Критерии оценки	Оценка
<p>Всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного программного материала, самостоятельно выполненные все предусмотренные программой задания, глубоко усвоенные основная и дополнительная литература, рекомендованная программой, активная работа на практических (лабораторных) занятиях.</p> <p>Обучающийся разбирается в основных научных концепциях по изучаемой учебной дисциплине, проявивший творческие способности и научный подход в понимании и изложении учебного программного материала.</p> <p>Ответ отличается богатством и точностью использованных терминов, материал излагается последовательно и логично</p>	Отлично
<p>Достаточно полное знание учебно-программного материала.</p> <p>Обучающийся не допускает в ответе существенных неточностей, самостоятельно выполнивший все предусмотренные программой задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную программой, активно работавший на практических (лабораторных) занятиях, показавший систематический характер знаний по учебной дисциплине, достаточный для дальнейшей учебы, а также способность к их самостоятельному пополнению</p>	Хорошо
<p>Обучающийся показал знание основного учебно-программного материала в объёме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по специальности, не отличавшийся активностью на практических (лабораторных) занятиях, самостоятельно выполнивший основные предусмотренные программой задания, однако допустивший погрешности при их выполнении и в ответе на дифференцированном зачете, но обладающий необходимыми знаниями для устранения под руководством преподавателя наиболее существенных погрешностей</p>	Удовлетворительно
<p>обучающийся обнаруживает пробелы в знаниях или отсутствие знаний по значительной части основного учебно - программного материала, не выполнивший самостоятельно предусмотренные программой основные задания, допустивший принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, не отработавший основные практические (лабораторные) занятия, допускающий существенные ошибки при ответе, и который не может продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей учебной дисциплине</p>	Неудовлетворительно

## 4 ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО И РУБЕЖНОГО КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ И УМЕНИЙ

### Задания для оценки освоения

#### Темы 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

Обучающийся должен

**знать:**

- общие понятия о здоровье. Факторы, способствующие укреплению здоровья;
- влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека;
- вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика;
- правовые основы взаимоотношения полов;
- репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.

**уметь:**

- использовать основные нормативные правовые акты в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- действовать согласно указанию на дорожных знаках;
- определять, какие средства индивидуальной защиты необходимо использовать в зависимости от поражающего фактора при ухудшении экологической обстановки;
- распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных хобби.

### Типовые вопросы для устного опроса

1. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества?
2. Факторы, способствующие укреплению здоровья?
3. Основные источники загрязнения окружающей среды?
4. Вредные привычки какие вы знаете?
5. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения?
6. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него?
7. Правовые основы взаимоотношения полов?
8. Основные функции семьи?

### Типовой тест по Теме 1

#### 1. Дорожно-транспортное происшествие – это:

а) событие, возникшее из-за нарушения водителем правил дорожного движения, в следствие чего водитель получил штраф.

б) событие, при котором пешеход был оштрафован сотрудником ГАИ за переход дороги в неполюженном месте.

в) событие, возникшее в процессе движения по дороге транспортного средства и с его участием, при котором погибли или ранены люди, повреждены транспортные средства.

г) событие, при котором автомобиль проехал на красный сигнал светофора и нарушение было зафиксировано на дорожную камеру.

**2. Как называются с точки зрения Правил дорожного движения лица, передвигающиеся в инвалидных колясках без двигателя?**

- а) водитель.
- б) пассажир.
- в) пешеход.
- г) путешественник.

**3. Что нужно сделать в первую очередь при нахождении в местах массового скопления людей, чтобы при возникновении чрезвычайной ситуации не попасть в толпу?**

- а) вести себя как обычно, быть ближе к тем, с кем общаешься.
- б) не проявлять излишней тревоги и беспокойства.
- в) приготовить мобильный телефон.
- г) заранее наметить пути возможного отхода.

**4. Здоровый образ жизни – это:**

- а) выработанный годами режим работы, отдыха и питания.
- б) систематическое закаливание и физическая активность.
- в) система привычек и поведения человека, направленная на обеспечение определенного уровня здоровья.
- г) отсутствие вредных привычек.

**5. Укажите все верные варианты ответа. Признаками алкогольного отравления являются:**

- а) легкая приподнятость настроения.
- б) головокружение, тошнота и рвота.
- в) редкий пульс, низкое артериальное давление.
- г) небольшая эйфория.
- д) возбужденное или депрессивное состояние.

**6. В соответствии с Уголовным кодексом Российской Федерации преступлением признается(-ются):**

- а) противоправные действия, посягающие на честь и достоинство граждан.
- б) действия граждан, сознательно нарушающих требования Конституции, законодательных и нормативно-правовых актов.
- в) совершенное общественно опасное деяние, запрещенное Уголовным кодексом Российской Федерации под угрозой наказания.
- г) действие гражданина против своей воли, под влиянием физического принуждения или непреодолимой силы.

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

- а) здоровье человека — это отсутствие болезней и физических недостатков.
- б) здоровье человека — это отсутствие у него болезней, а также оптимальное сочетание здорового образа жизни с умственным и физическим трудом.
- в) здоровье человека — это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков.
- г) здоровье человека — это его способность противостоять заболеваниям.

**8. Многолетние исследования специалистов в разных странах мира показали, что здоровье человека примерно на 50% зависит от:**

- а) образа жизни.
- б) экологических факторов.
- в) наследственности.
- г) состояния медицинского обслуживания населения.

**9. Любая деятельность человека происходит в условиях постоянного воздействия внешней среды. Из приведенных групп факторов воздействия внешней среды выберите те, которые сильнее всего влияют на здоровье человека:**

- а) генетические, общественные, медицинские.
- б) природные, техногенные, социальные.
- в) материальные, политические, расовые.
- г) химические, идеологические, умственные.

**10. Как вы понимаете, что такое духовное здоровье?**

- а) знание культуры и искусства.
- б) начитанность и образованность человека.
- в) умение воспринимать красоту окружающего мира.
- г) состояние системы мышления и мировоззрения.

**11. На протяжении суток состояние организма и его работоспособность подвергаются четким ритмическим колебаниям, которые называются:**

- а) физиологическими.
- б) режимом труда.
- в) процессом отдыха.
- г) биологическими.

**12. Укажите основные физические качества личности человека:**

- а) способность поднять большой вес, быстрая реакция.
- б) способность передвинуть тяжёлый груз с места на место, хорошее зрение и обоняние.
- в) сила, выносливость, быстрота, ловкость, гибкость.
- г) крепкая костно-мышечная система, ловкость и хорошая работа легких.

**13. Гипотония — это:**

- а) избыток движения.
- б) пониженное артериальное давление.
- в) физическое перенапряжение организма.
- г) недостаток движения.



**14. Укажите основные принципы, составляющие основу закаливающих процедур:**

- а) систематичность, малое время для процедур.
- б) разнообразие средств, индивидуальность, простота.
- в) постепенность, регулярность и систематичность, многофакторность, учет индивидуальных особенностей организма.
- г) творческий подход, наглядность, постепенность.

**15. Умение управлять своими эмоциями, проводить профилактику невротических состояний включает в себя:**

- а) регулярные занятия физическими упражнениями, закаливание.
- б) обоняние, четкую работу нервной системы.
- в) строгое соблюдение установленного режима жизнедеятельности.
- г) аутотренинг, саморегуляцию, самовнушение.

**16. Три основных признака наркомании и токсикомании — это:**

- а) вкусовая и биологическая зависимость, изменение сексуального влечения.
- б) зрительная и химическая зависимость, изменение материального положения.
- в) физиологическая, умственная и вкусовая зависимость.
- г) психическая и физическая зависимость, изменение чувствительности к наркотику.

**17. Выберите из предложенных наиболее полное определение понятия «семья»:**

- а) группа людей, совместно проживающих и имеющих общие доходы и расходы.
- б) основанная на кровном родстве малая группа людей, скрепленная отношениями уважения и любви.
- в) это группа людей, связанных браком, кровным родством или усыновлением, совместно проживающих и имеющих общие доходы и расходы.
- г) группа людей, проживающих совместно, имеющих детей, в которой главную роль играет мужчина.

**18. Что определяет культурный фактор в создании гармонии совместной семейной жизни?**

- а) потребность в регулярном чтении приключенческой литературы.
- б) поддержание чистоты и порядка в местах массового проживания людей.
- в) соблюдение правил дорожного движения.
- г) интеллектуальные и культурные запросы супругов.

**19. Выберите из предложенных наиболее важные факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни:**

- а) интеллектуальная и психологическая совместимость супругов.
- б) идеологические и физиологические факторы.
- в) единство эмоциональных и познавательных процессов.
- г) схожесть потребностей и интересов супругов.

**20. Что следует понимать под нравственностью человека?**

- а) сильная воля, характер, достаточно высокое мнение о себе.

б) внутренние, духовные качества, которыми руководствуется человек, этические нормы и правила поведения, определяемые этими качествами.

в) хорошее трудолюбие, стремление к одиночеству, способность переносить нервные расстройства.

г) чувство самоконтроля, способность ярко выражать свои переживания, хорошо развитый инстинкт самосохранения.

**Задания для оценки освоения  
Темы 2 Государственная система обеспечения безопасности населения**

Обучающийся должен

**знать:**

- общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Характеристики ЧС природного и техногенного характера;
- единую государственную систему предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС);
- гражданская оборона. Структура и органы управления гражданской обороной;
- правила безопасного поведения при угрозе террористического акта

**уметь:**

- раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;
- действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации;
- составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

**Типовые вопросы для устного опроса**

1. Назовите классификацию чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера?
2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи?
3. Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера?
4. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны?
5. Современные средства поражения и их поражающие факторы?
6. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени?
7. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций?
8. Как организуется Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.

**Типовой тест по Теме 2**

**1. Укажите верное утверждение о гражданской обороне:**

- а) ГО направлено преимущественно на осуществление задач государства в области внешней политики.
- б) одна из существенных задач ГО- проведение аварийно-спасательных работ в случае возникновения опасности для населения.
- в) ГО является одной из ветвей власти.
- г) ГО занимается вопросами экономической стабильности государства.

## **2. Ядерное оружие – это:**

- а) управляемое средство поражения, эффективность которого основывается на высокой точности попадания в цель.
- б) вид оружия массового поражения, действие которого основано на использовании болезнетворных свойств микроорганизмов.
- в) оружие массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах химических веществ.
- г) вид оружия массового поражения взрывного действия, основанного на использовании внутриядерной энергии.

## **3. Что не относится к поражающим факторам ядерного взрыва? Укажите верный вариант ответа:**

- а) болезнетворные свойства микробов и результаты их деятельности.
- б) радиоактивное заражение.
- в) световое излучение.
- г) ударная волна.

## **4. К коллективным средствам защиты относятся:**

- а) противогаз.
- б) укрытия.
- в) ОЗК.
- г) перчатки.

## **5. От каких поражающих факторов оружия массового поражения защищает убежище:**

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

## **6. Аварийно-спасательные работы проводятся для:**

- а) оповещения населения о предстоящем землетрясении.
- б) изучения прогноза погоды.
- в) ограничения масштабов чрезвычайных ситуаций или локализации их.
- г) слаженной работы пожарной части города.

## **7. Ураганы, бури, смерчи относятся к:**

- а) метеорологическим опасным природным явлениям.
- б) гидрологическим опасным природным явлениям.
- в) геологическим опасным природным явлениям.
- г) космическим опасным природным явлениям.

**8. К чрезвычайным ситуациям техногенного характера относятся:**

- а) землетрясения, извержения вулканов.
- б) пожары, взрывы, обрушения зданий, с выбросом радиоактивных веществ.
- в) наводнение, цунами.
- г) обвал, сели.

**9. За предупреждение и ликвидацию чрезвычайных ситуаций отвечает:**

- а) РСЧС.
- б) Министерство обороны РФ.
- в) МЧС.
- г) Скорая помощь.

**10. Что такое землетрясение?**

- а) область возникновения подземного удара.
- б) подземные толчки и колебания поверхности Земли.
- в) проекция центра очага землетрясения на земную поверхность.
- г) это природное явление, связанное с процессами в окружающей атмосфере.

**11. Как вы будете действовать при получении сигнала оповещения о радиационной аварии, если вы находитесь в своем доме (квартире)?**

а) освободите от продуктов питания холодильник, вынесите скоропортящиеся продукты и мусор, выключите газ, электричество, погасите огонь в печи и проследуете на сборный эвакуационный пункт.

б) включите радио и выслушаете сообщение, выключите электричество, наденете средства индивидуальной защиты, вывесите на двери табличку «В квартире жильцов нет» и проследуете на сборный эвакуационный пункт.

в) немедленно закроете окна, двери, вентиляционные отверстия, включите радиоприемник или телевизор и будете готовы к приему информации о дальнейших действиях.

г) выключите газ, электричество, возьмете необходимые продукты питания, вещи и документы, наденете средства индивидуальной защиты и проследуете на сборный эвакуационный пункт.

**12. Укажите вид терроризма, который выступает против социально-политической системы государства, политических личностей и неугодных террористам государственных служащих:**

- а) религиозный.
- б) экономический.
- в) политический.
- г) криминальный.

**13. Совершение взрыва, поджога или иных действий, устрашающих население и создающих опасность гибели человека, причинения значительного имущественного ущерба либо наступления иных тяжких последствий, в целях воздействия на принятие решения органами власти или международными организациями, а также угроза совершения указанных действий в тех же целях — это:**

- 1) чрезвычайная ситуация.
- 2) диверсия.
- 3) террористический акт.
- 4) преступная операция.

**14. С какой целью создана РСЧС? Выберите правильный ответ:**

а) прогнозирование чрезвычайных ситуаций на территории Российской Федерации и организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ.

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

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

г) совершенствование подготовки руководящего состава и специалистов РСЧС по действиям в чрезвычайных ситуациях.

**15. Комиссия по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций и обеспечению пожарной безопасности органа местного самоуправления является координирующим органом РСЧС на:**

- а) региональном уровне.
- б) федеральном уровне.
- в) муниципальном уровне.
- г) территориальном уровне.

**16. В каких режимах могут функционировать органы управления и силы РСЧС?**

а) в режиме постоянной готовности и повседневной деятельности.

б) в режиме готовности к действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций.

в) в режимах готовности к оповещению населения и проведения аварийно-спасательных работ.

г) в режимах повседневной деятельности, повышенной готовности и режиме чрезвычайной ситуации.

**17. С какой целью федеральными органами исполнительной власти созданы функциональные подсистемы РСЧС?**

а) организация работы в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций в сфере деятельности этих органов.

б) разработка предложений по реализации государственной политики в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций и обеспечения пожарной безопасности.

в) разработка и реализация целевых и научно-технических программ и мер по предупреждению чрезвычайных ситуаций и обеспечению пожарной безопасности.

г) введение при необходимости круглосуточного дежурства руководителей и должностных лиц органов управления и сил единой системы на стационарных пунктах управления.

**18. Укажите закон, определяющий права и обязанности граждан России в области защиты от чрезвычайных ситуаций:**

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

**19. Какие правила безопасности следует выполнять при внезапном наводнении?**

- а) занять ближайшее возвышенное место.
- б) остаться дома и ждать указаний и распоряжений.
- в) оставаться на возвышенном месте до схода воды или при-бытия спасателей.
- г) эвакуироваться в безопасное место, если есть подручные средства (плот).
- д) эвакуироваться в безопасное место только тогда, когда во-да достигла места вашего нахождения.

**20. 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.

**Задания для оценки освоения  
Темы 3 Основы обороны государства и воинская обязанность**

Обучающийся должен

**знать:**

- организационную структуру ВС РФ. Виды и рода ВС РФ;
- воинскую обязанность;
- призыв на военную службу;
- воинскую дисциплину и ответственность;
- боевые традиции ВС РФ;
- ритуалы ВС РФ.

**уметь:**

- приводить примеры основных внешних и внутренних опасностей;
- раскрывать основы и организацию обороны РФ;
- объяснять направление военной политики РФ в современных условиях;
- объяснять порядок зачисления и пребывания в запасе.

**Типовые вопросы для устного опроса**

1. История создания Вооруженных Сил (ВС) России?
2. Организационная структура ВС РФ?
3. Виды и рода ВС РФ?
4. Функции и основные задачи современных ВС РФ?
5. Воинская обязанность?
6. Каковы обязанности граждан по воинскому учету?
7. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе.?
8. Как проходит призыв на военную службу?
9. Каковы условия прохождения военной службы по контракту?
10. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы?
11. Как стать офицером ВС РФ?
12. Что вы знаете о боевых традициях ВС РФ?
13. Ритуалы ВС РФ?

**Типовой тест по Теме 3**

**1. Верховным главнокомандующим Вооруженными Силами Российской Федерации является:**

- а) министр обороны.
- б) премьер-министр.
- в) президент.
- г) министр иностранных дел.



**2. Войска, отвечающие за реализацию мер ядерного сдерживания и поражения стратегических объектов, носят название:**

- а) ракетные войска стратегического назначения.
- б) сухопутные войска.
- в) воздушно-десантные войска.
- г) военно-морской флот РФ.

**3. Медицинское освидетельствование граждан при первоначальной постановке на воинский учет проводят врачи-специалисты:**

- а) хирург, терапевт, невропатолог, психиатр, окулист, оториноларинголог, стоматолог, а в случае необходимости врачи других специальностей.
- б) терапевт, отоларинголог, стоматолог, а в случае необходимости школьный врач
- в) невропатолог, психиатр, окулист, стоматолог, а в случае необходимости представители наркологического и кожно-венерологического диспансера.
- г) дерматолог, психиатр, окулист, стоматолог, а в случае необходимости врачи психоневрологического и противотуберкулезного диспансера.

**4. Вооруженные Силы — это:**

- а) вооруженная система государства, обеспечивающая защиту его интересов, находящаяся в постоянной боеготовности для отпора возможной агрессии со стороны других государств.
- б) составная часть государства, защищающая его рубежи от нападения противника, владеющая современной военной техникой и вооружением.
- в) вооруженная организация государства, предназначенная для защиты его суверенитета и территориальной целостности в случае агрессии, войны, одно из важнейших орудий политической власти.

**5. Под обороной государства понимается:**

- а) вооруженная система государства, обеспечивающая защиту его интересов от агрессии со стороны других государств.
- б) система политических, экономических, военных, социальных, правовых и иных мер по подготовке к вооруженной защите и вооруженная защита Российской Федерации, целостности и неприкосновенности ее территории.
- в) система военных реформ, направленных на совершенствование Вооруженных Сил государства для подготовки их к вооруженной защите от агрессии.

**6. Из приведенных волевых качеств определите те, которые наиболее необходимы для выполнения воинского долга:**

- а) решительность, выдержка, настойчивость в преодолении препятствий и трудностей, которые возникают в процессе военной службы и мешают ей.
- б) агрессивность, настороженность, терпимость к себе и сослуживцам.
- в) терпимость по отношению к старшим по званию, лояльность по отношению к сослуживцам, непримиримость к неуставным взаимоотношениям.

**7. Военная служба исполняется гражданами:**

- а) только в Вооруженных Силах Российской Федерации.
- б) в Вооруженных Силах Российской Федерации, пограничных войсках Федеральной пограничной службы Российской Федерации и войсках гражданской обороны.
- в) в Вооруженных Силах Российской Федерации, других войсках, органах и формированиях.

**8. Уклонившимся от исполнения воинской обязанности считается гражданин:**

- а) не явившийся по вызову военного комиссариата в указанный срок без уважительной причины.
- б) явившийся по вызову военного комиссариата без необходимых документов.
- в) не явившийся по вызову военного комиссариата в указанный срок, даже имея уважительную причину.

**9. Заключение по результатам освидетельствования категории «Г» означает:**

- а) не годен к военной службе.
- б) временно не годен к военной службе.
- в) годен к военной службе с незначительными ограничениями.

**10. В каких случаях гражданин Российской Федерации имеет право на замену военной службы альтернативной гражданской службой:**

- а) в случае, если его убеждениям или вероисповеданию противоречит несение военной службы.
- б) в случае, если его ближайшие родственники ходатайствуют о замене военной службы на альтернативную.
- в) в случае, если его возраст на момент призыва составляет 25 лет и более.

**11. Составьте фразу из приведенных фрагментов, поясните, что она означает:**

- а)... группа государств, либо...
- б)... в состоянии войны между собой...
- в)... государства (гражданская война) находится...
- г)... период, в течение которого два государства...
- д)... политические силы внутри одного...

**12. Что такое оборона Российской Федерации?**

- а) Военное учреждение.
- б) Военные законы.
- в) Система политических, экономических, военных, социальных, правовых и иных мер по обеспечению готовности государства к вооружённому нападению на противника.
- г) Система политических, экономических, военных, социальных, правовых и иных мер по обеспечению готовности государства к защите от вооруженного нападения.

**13. Что представляет собой военная служба?**

- а) Особый вид наказания граждан Российской Федерации.
- б) Военная служба имеет приоритет перед другими видами государственной службы, осуществляется только на воинских должностях в армии и на флоте.

- в) Особый вид общественной работы граждан Российской Федерации.
- г) Особый вид государственной службы граждан Российской Федерации.

**14. Как называются люди, находящиеся на военной службе?**

- а) Гражданами.
- б) Военнообязанными.
- в) Призывниками.
- г) Военнослужащими.

**15. В каком возрасте призывают мужчину на военную службу в Российскую армию?**

- а) От 16 до 18 лет.
- б) От 18 до 27 лет.
- в) От 28 до 32 лет.
- г) От 33 до 35 лет.

**16. В какие сроки осуществляется призыв на действительную военную службу граждан Российской Федерации, проживающих в сельской местности?**

- а) С 15 октября по 31 декабря.
- б) С 1 января по 31 марта.
- в) С 1 апреля по 30 июня.
- г) В любые сроки.

**17. Какое наказание ожидает гражданина, уклоняющегося от призыва на военную или альтернативную службу в соответствии со статьёй 328 Уголовного Кодекса Российской Федерации?**

- а) В виде лишения свободы на срок до 15 суток.
- б) В виде лишения свободы на срок до одного года.
- в) В виде лишения свободы на срок до двух лет.
- г) В виде лишения свободы на срок до трёх лет.

**18. Какая мера наказания предусмотрена законом, если гражданин уклоняется от призыва путём причинения себе телесного повреждения или симуляции болезни, посредством подлога или путём другого обмана?**

- а) Лишение свободы на срок до одного года.
- б) Лишение свободы на срок от одного до пяти лет.
- в) Лишение свободы на срок от двух до шести лет.
- г) Лишение свободы на срок от трёх до восьми лет.

**19. Под воинской обязанностью понимается:**

а) Установленный законом почётный долг граждан с оружием в руках защищать своё Отечество, нести службу в рядах Вооружённых Сил, проходить вневоинскую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности.

б) Прохождение военной службы в мирное и военное время, самостоятельная подготовка к службе в Вооружённых Силах.

в) Долг граждан нести службу в Вооружённых Силах в период военного положения и в военное время.

**20. Военная служба исполняется гражданами:**

- а) Только в Вооруженных Силах Российской Федерации.
- б) В Вооруженных Силах Российской Федерации, пограничных войсках Федеральной пограничной службы Российской Федерации и в войсках гражданской обороны.
- в) В Вооруженных Силах Российской Федерации, других войсках, органах и формированиях.

**Задания для оценки освоения  
Темы 4 Основы медицинских знаний**

Обучающийся должен

**знать:**

- понятие первой помощи;
- перечень состояний, при которых оказывается первая помощь;
- понятие травм и их виды;
- основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика;
- ранние половые связи и их последствия для здоровья;
- первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление;
- первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути;
- причины остановки сердца.

**уметь:**

- оказывать первую помощь при химических ожогах, при воздействии высоких температур;
- оказывать первую помощь при неотложных состояниях;
- отличать первую помощь от медицинской помощи;
- распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию;
- накладывать жгут и закрутки.

**Типовые вопросы для устного опроса**

1. Что такое первая помощь?
2. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь?
3. Каковы местные и общие признаки травматического токсикоза?
4. виды кровотечений?
5. Первая помощь при ожогах?
6. Признаки обморока?
7. Какие правила проведения непрямого массажа сердца и искусственного дыхания?
8. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней?
9. Какие инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика?
10. Основные средства планирования семьи?
11. Физиологические особенности развития новорожденных детей?

**Типовой тест по Теме 4**

**1. Укажите верное утверждение о приобретенном иммунитете человека:**

- а) передается по наследству от матери к ребенку.
- б) по наследству не передается, вырабатывается после перенесенной болезни или после вакцинации.
- в) вырабатывается после болезни и пропадает через 5 лет.
- г) вырабатывается только после вакцинации.

**2. Передача каких инфекций осуществляется воздушно-капельным или воздушно-пылевым путем?**

- а) инфекции дыхательных путей.
- б) кишечные инфекции.
- в) кровяные инфекции.
- г) кожные заболевания.

**3. Возбудитель каких инфекций передается через укусы кровососущих насекомых?**

- а) инфекции наружных покровов.
- б) кишечные инфекции.
- в) кровяные инфекции.
- г) кожные инфекции.

**4. Что такое инкубационный период? Из приведенных определений выберите правильный ответ:**

- а) промежуток времени от момента начала заболевания до выздоровления.
- б) время от заражения до первых клинических проявлений.
- в) время от начала заболевания до момента активного проявления болезни.
- г) период времени от внедрения микроорганизмов до полного выздоровления.

**5. Чтобы остановить венозное кровотечение нужно:**

- а) наложить давящую повязку.
- б) наложить жгут.
- в) обработать рану спиртом.
- г) обработать йодом и заклеить лейкопластырем.

**6. К признакам открытого перелома относится:**

- а) боль, припухлость.
- б) кровотечение, боль, зуд.
- в) боль, припухлость, кровотечение.
- г) нарушение двигательной функции поврежденного органа, боль, припухлость, деформация в месте травмы.

**7. При травме затылка накладывается:**

- а) Косыночная повязка.
- б) Спиральная повязка.
- в) Крестообразная повязка.
- г) давящая повязка.

**8. Иммуитет с биологической точки зрения — это:**

- а) основа хорошего здоровья каждого человека.
- б) состояние защиты внешнего постоянства организма от живых тел или веществ, несущих в себе признаки генетически чужеродной информации.

- в) способ защиты внутреннего постоянства организма от живых тел или веществ, несущих в себе признаки генетически чужеродной информации.
- г) способы защиты организма от вредных микроорганизмов.

**9. К инфекциям дыхательных путей относятся:**

- а) холера, полиомиелит, дизентерия.
- б) малярия, чума, сыпной тиф.
- в) грипп, ангина, дифтерия.
- г) чесотка, сибирская язва, столбняк.

**10. Какие из указанных ниже заболеваний передаются контактно-бытовым путем?**

- а) чума, холера, бешенство.
- б) грипп, оспа, скарлатина.
- в) сифилис, гонорея, грибковые заболевания на коже и ногтях.
- г) брюшной тиф, корь, краснуха.

**11. Какие вы можете выделить виды иммунитета?**

- а) повседневный, устойчивый.
- б) приобретенный, врожденный.
- в) иммунитет крови, костного мозга.
- г) постоянный, наследственный.

**12. Метод создания активного иммунитета против инфекционных болезней путем введения в организм человека специальных препаратов из ослабленных живых или убитых микроорганизмов — это:**

- а) специфическая профилактика.
- б) неспецифическая профилактика.
- в) интоксикация
- г) вакцинация.

**13. К болезням, передаваемым половым путем, относятся следующие:**

- а) сифилис, гонорея, трихомониаз, хламидиоз, генитальный герпес.
- б) вирусный гепатит, чесотка, дизентерия, туляремия, сибирская язва.
- в) токсоинфекция, корь, натуральная оспа, столбняк, бешенство.
- г) сибирская язва, кровяные инфекции, заболевания центральной нервной системы.

**14. Одной из основных причин инсульта может быть гипертоническая болезнь. Что это за болезнь?**

- а) разрыв патологически измененного кровеносного сосуда головного мозга.
- б) это понижение артериального давления крови.
- в) заболевание, характеризующееся повышением артериального давления крови
- г) пониженный уровень кислорода в крови человека.

**15. Причинами 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, размозжение мягких тканей, раздробление костей, обширные термические ожоги.
- г) недостаточно полноценное питание, нервно-психические расстройства, отсутствие регулярных занятий физической культурой.

**16. Какова цель нанесения прекардиального удара?**

- а) как можно сильнее сотрясти грудную клетку, что может стать толчком к запуску остановившегося сердца.
- б) восстановить самостоятельное дыхание пострадавшего.
- в) воздействовать на головной мозг с целью восстановления координации движений.
- г) расслабить мышцы грудной клетки, чтобы восстановить нормальное кровообращение.

**17. Способ остановки кровотечения приданием возвышенного положения поврежденной конечности главным образом применяется при:**

- а) поверхностных ранениях в случае венозного кровотечения.
- б) любых ранениях конечности.
- в) смешанном кровотечении.
- г) одновременной травме живота и возникновении кровотечения на конечности.

**18. При оказании первой помощи в случае перелома опорно-двигательного аппарата запрещается:**

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

**19. При каких травмах рекомендуется переносить пострадавшего в положении лёжа на спине?**

- а) при травмах головы, верхних конечностей.
- б) при шоке и значительной кровопотере.
- в) с травмами костей таза и брюшной полости.
- г) с травмами головы, позвоночника, конечностей, если пострадавший в сознании.

**20. Один из признаков сотрясения головного мозга – это:**

- а) покраснение кожи в области ушиба, подташнивание.
- б) увеличение лимфатических узлов, тошнота и рвота.
- в) появление сыпи на руках и ногах, припухлость и кровоподтёк в месте ушиба.
- г) потеря сознания, головокружение, нарушение речи, слуха и зрения.



## **5 ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Промежуточная аттестация проводится в форме **дифференцированного зачета**.

Дифференцированный зачет по учебному предмету проводится в тестовой форме. После решения теста обучающийся выполняет практическое задание. К сдаче дифференцированного зачета допускаются обучающиеся, выполнившие задания практических занятий и получившие оценки не ниже «удовлетворительно» по результатам текущей аттестации.

### **Типовые вопросы и задания для подготовки к дифференцированному зачету по учебному предмету**

#### **Типовые вопросы для контроля усвоенных знаний**

1. Актуальность изучения дисциплины ОБЖ.
2. Цели задачи ОБЖ.
3. Здоровье и ЗОЖ. Факторы, способствующие укреплению здоровью.
4. Вредные привычки.
5. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
6. Курение. Наркотики и наркомания и социальные последствия.
7. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.
8. Роль женщины в современном обществе.
9. Правовые основы взаимоотношение полов.
10. Классификация ЧС природного и техногенного характера.
11. Перечислите ЧС природного характера.
12. Назовите ЧС природного характера, которые могут быть на территории Пермского края.
13. ЧС техногенного характера.
14. Характеристика ЧС. Модели поведения при возникновении таких ситуаций.
15. Единая государственная система защиты населения и территорий в ЧС
16. Гражданская оборона. Структура ГО.
17. Мониторинг и прогнозирование ЧС.
18. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС мирного и военного времени.
19. Эвакуация населения.
20. Инженерная защита. Виды защитных сооружений.
21. Аварийно – спасательные и др. неотложные работы при ЧС.
22. Обучение населения защите от ЧС.
23. Правила безопасного поведения при угрозе тер.акта и при захвате в заложники.
24. Основы обороны государства и воинская обязанность.
25. История создания ВС РФ.
26. Основы предпосылки проведения военной реформы ВС РФ на современном этапе.
27. Функции и основные задачи современных ВС РФ.
28. Организационная структура ВС РФ.

29. Основные понятия о воинской обязанности.
30. Призыв на военную службу, служба по призыву, служба по контракту.
31. Альтернативная гражданская служба.
32. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества.
33. Воинская дисциплина.
34. Как стать офицером РА.
35. Боевые традиции ВС РФ.
36. Ритуалы ВС, символы воинской чести.
37. Основы медицинских знаний.
38. Правила оказания первой помощи при ранениях.
39. Первая помощь при острой сердечной недостаточности, стенокардии, инфаркте миокарда, внезапной остановке сердца.
40. Основные инфекционные болезни, их классификация, профилактика.
41. Инфекции, передаваемые половым путем.
42. Влияние среды обитания на здоровье ребенка.
43. Режим труда и отдыха.
44. Основы семейного права РФ. Брак и семья.
45. Конвенция о правах ребенка.
46. Взаимодействие человека и среды обитания.
47. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
48. Роль физической культуры в сохранении здоровья человека.
49. Наркотики и их пагубное воздействие на организм человека.
50. Профилактика наркомании.
51. Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
52. Стресс и его влияние на организм человека.
53. Негативные факторы производственной среды.
54. Чрезвычайные ситуации природного характера.
55. ЧС техногенного характера.
56. Роль вооруженных сил в защите национальных интересов РФ.
57. Гражданская оборона.

### Типовой итоговый тест

Задания с выбором варианта ответа. К каждому заданию дается 4 варианта ответа, один из них верный. Внимательно прочитать каждое задание и все варианты ответов. Отметить выбранный вариант ответа.

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

- а) потеря части продуктов питания, потеря компаса;
- б) несвоевременная регистрация туристической группы перед выходом на маршрут;
- в) потеря ориентировки на местности во время похода, авария транспортных средств в условиях природной среды;
- г) плохие погодные условия на маршруте движения.

**2. Порядок действий в различных аварийных ситуациях в условиях природной среды отличается друг от друга и зависит от конкретной обстановки. Из приведенных ниже случаев выберите те, когда командир группы должен принять решение об уходе с места аварии:**

- а) группа не может быть обнаружена спасателями из-за окружающей ее густой растительности, возникла непосредственная угроза жизни людей;
- б) направление на ближайший населенный пункт и его удаление неизвестны;
- в) место происшествия точно не определено, местность незнакомая и труднопроходимая;
- г) точно неизвестно местонахождение спасателей, и состояние здоровья людей не позволяет преодолеть расстояние до населенного пункта.

**3. Где рекомендуется расположиться в салоне общественного транспорта, если в нем нет свободных мест для сидения?**

- а) занять свободное место на передней площадке транспортного средства;
- б) нужно постараться встать в центре прохода, держась руками за поручень или специальные подвески;
- в) расположиться на задней площадке транспортного средства;
- г) не имеет значения, где будет находиться пассажир при отсутствии мест для сидения.

**4. Опасное время — это время значительного повышения риска для личной безопасности. Из приведенных примеров определите наиболее опасное время и место:**

- а) темнота, спускающаяся на центр города, где люди непринужденно прогуливаются и отдыхают;
- б) сумерки, заставшие человека одного в лесопарке;
- в) раннее утро в заполненной людьми пригородной электричке;
- г) вечернее время на остановке общественного транспорта.

**5. Как необходимо поступить человеку, если в подъезд вместе с ним заходит незнакомец?**

- а) пропустить незнакомца вперед, под любым предлогом задержаться у подъезда;
- б) не следует обращать на постороннего человека внимания;
- в) завязать с незнакомцем беседу и попытаться выяснить, в какую квартиру он следует;
- г) войдя в подъезд, побежать наверх.

**6. Как действовать при захвате автобуса (троллейбуса, трамвая) террористами?**

- а) не привлекайте к себе их внимание. Осмотрите салон, отметьте места возможного укрытия в случае стрельбы. Успокойтесь, попытайтесь отвлечься от происходящего, читайте, разгадывайте кроссворды;
- б) если спецслужбы предпримут попытку штурма, постарайтесь как можно быстрее покинуть салон и бежать в сторону представителей специальных подразделений;
- в) после освобождения немедленно покиньте автобус (троллейбус, трамвай), т.к. не исключена возможность предварительного его минирования террористами и взрыва (возгорания);
- г) снимите ювелирные украшения, не смотрите в глаза террористам, не передвигайтесь по салону и не открывайте сумки без их разрешения. Не реагируйте на их провокационное или вызывающее поведение. Женщинам в мини-юбках желательно прикрыть ноги.

**7. Сирены и прерывистые гудки предприятий и транспортных средств означают сигнал оповещения:**

- а) «Тревога!»;
- б) «Внимание! Опасность!»;
- в) «Внимание всем!»;
- г) «Химическая (радиационная) опасность!»

**8. Кто является начальником гражданской обороны образовательного учреждения?**

- а) специально уполномоченный представитель органов местного самоуправления;
- б) один из заместителей руководителя общеобразовательного учреждения, прошедший специальную подготовку;
- в) руководитель общеобразовательного учреждения;
- г) преподаватель - организатор основ безопасности жизнедеятельности

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

- а) ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электромагнитный импульс;
- б) избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва; облако, зараженное отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра; изменение состава атмосферного воздуха;
- в) резкое понижение температуры окружающей среды; понижение концентрации кислорода в воздухе; самовозгорание веществ и материалов в зоне взрыва; резкое увеличение силы тока в электроприборах и электрооборудовании;
- г) ударная волна, световое излучение, облако, зараженное отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра.

**10. Химическое оружие — это:**

- а) оружие массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах некоторых химических веществ;
- б) оружие массового поражения, действие которого основано на изменении состава воздушной среды в зоне заражения;
- в) оружие массового поражения, действие которого основано на применении биологических средств;
- г) оружие массового поражения, действие которого основано на применении радиоактивных веществ.

**11. Определите, какие из нижеперечисленных бое-припасов относятся к высокоточному оружию:**

- а) осколочные боеприпасы;
- б) бетонобойные боеприпасы;
- в) управляемые авиационные бомбы;
- г) боеприпасы объемного взрыва.

**12. Средства коллективной защиты — это:**

- а) средства защиты органов дыхания и кожи;
- б) легкие сооружения для защиты населения от побочного действия атмосферы;

- в) инженерные сооружения гражданской обороны для защиты от оружия массового поражения и других современных средств нападения;
- г) медицинские средства защиты.

**13. От каких поражающих факторов оружия мас-сового поражения защищает убежище:**

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

**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;
- г) перебинтовывать рану.

**15. При иммобилизации бедра, плеча шина обязательно должна захватывать:**

- а) три сустава;
- б) два сустава (выше и ниже перелома);
- в) два или три, в зависимости от наличия шин или подручных материалов;
- г) не имеет значения.

**16. К видам Вооруженных Сил Российской Федерации относятся:**

- а) ракетные войска стратегического назначения, сухопутные войска, военно-космические силы, военно-морской флот;
- б) сухопутные войска, воздушно-десантные войска, танковые войска, мотострелковые войска;
- в) ракетные войска стратегического назначения, артиллерийские войска, войска противовоздушной обороны, мотострелковые войска;
- г) пограничные войска, войска противовоздушной обороны, мотострелковые войска.

**17. Боевые традиции — это:**

- а) специальные нормы, предъявляемые к психологическим и нравственным качествам военнослужащего в период прохождения им воинской службы;
- б) определенные правила и требования к несению службы и выполнению боевых задач;
- в) исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с образцовым выполнением боевых задач и несением воинской службы;
- г) несение службы в ВС.

**18. Почетные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги — это:**

- а) ценные подарки;

- б) ордена и медали;
- в) ведомственные знаки;
- г) почетные грамоты.

**19. Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации подразделяются на:**

- а) тактические, стрелковые и общевойсковые;
- б) боевые и общевойсковые;
- в) уставы родов войск и строевые;
- г) наступательные и оборонительные.

**20. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации регламентируют:**

- а) основы организации ведения боевых действий;
- б) действия военнослужащих при ведении военных операций;
- в) жизнь, быт и деятельность военнослужащих;
- г) права военнослужащих.

**21. К общевоинским уставам Вооруженных Сил Российской Федерации относятся:**

а) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации, Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации, Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации;

б) Устав внутренней и гарнизонной служб ВС РФ, Устав караульной службы ВС РФ, Устав корабельной службы, Строевой устав ВС РФ, Дисциплинарный устав ВС РФ;

в) Устав внутренней службы ВС РФ, Устав гарнизонной службы ВС РФ, Дисциплинарный устав ВС РФ, Строевой устав ВС РФ;

г) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации, устав морских сил, Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации.

**22. На что ориентирована система ГО?**

- а) на ликвидацию ЧС мирного времени;
- б) на проведение спасательных работ;
- в) на защиту населения в военное время;
- г) на проведение защитных мероприятий.

**23. Назовите основной принцип строительства и распространения системы ГО по территории РФ.**

- а) территориально - производственный;
- б) социально - экономический;
- в) территориальный и функциональный;
- г) региональный и местный.

**24. Из каких двух подсистем состоит система РСЧС?**

- а) территориальной и функциональной;
- б) территориальной и производственной;
- в) территориальной и федеральной;

г) территориальной и местной.

**25. В каком году в РФ было образовано министерство по гражданской обороне и чрезвычайным ситуациям (МЧС)?**

- а) в 1985 году;
- б) в 1994 году;
- в) в 1998 году;
- г) в 2004 году.

**26. Кто, в образовательном учреждении, является начальником ГО**

- а) директор школы;
- б) один из заместителей директора;
- в) лицо, назначенное приказом директора школы;
- г) преподаватель ОБЖ.

**27. Какого режима функционирования РСЧС не существует?**

- а) режим повседневной готовности;
- б) режим постоянной готовности;
- в) режим ЧС.
- г) временный режим

**28. В каких случаях медицинский персонал может принять участие в военных действиях?**

- а) в любых случаях;
- б) только в особых обстоятельствах;
- в) не может в любых случаях;
- г) при объявлении войны.

**29. Здоровье человека на 50% зависит от:**

- а) экологических факторов;
- б) состояния медицинского обслуживания населения;
- в) наследственности;
- г) образа жизни.

**30. Какой брак официально признан в Российской Федерации?**

- а) брак, зарегистрированный в общественной организации
- б) специальный брак, зарегистрированный в органах МВД России
- в) гражданский брак, заключённый в соответствии с обычаями и традициями
- г) гражданский брак, зарегистрированный в органах записи актов гражданского состояния

### **Типовые задания для контроля освоенных умений**

1. Анализ влияния современного человека на окружающую среду.
2. Оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды.
3. Моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите.

4. Анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы.
5. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества.
6. Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе.
7. Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека.
8. Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам.
9. Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения.
10. Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья.
11. Моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.
12. Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.
13. Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.
14. Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе.
15. Сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту.



## ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

<b>№ п.п.</b>	<b>Содержание изменения</b>	<b>Дата, номер протокола заседания ПЦК Подпись председателя ПЦК</b>