

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АКСУБАЕВСКИЙ ТЕХНИКУМ УНИВЕРСАЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

Утверждаю
Директор ГАПОУ «АТУТ»
 /Ф.Ф. Аюпов/
« » 2022 г.



**Фонд оценочных средств
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

**ОУД.06 Основы безопасности жизнедеятельности
по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело**

Аксубаево, 2022

Разработчик:

ГАПОУ «АТУТ»
(место работы)

преподаватель
(занимаемая должность)

(инициалы, фамилия)

Рассмотрено и одобрено на заседании предметной (цикловой) комиссии

Протокол № ____ от « ____ » _____ 2021г.

Председатель ПЦК _____

(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ	4
2. ПОКАЗАТЕЛИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ, ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНКИ	5
3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ	10
3.1 КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ	10
3.2 КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ЗАЧЕТА ОУД.06 «БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»	26

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Фонд оценочных средств (ФОС) предназначен для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности.

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачета.

Фонд оценочных средств(ФОС) учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности разработан в соответствии с рабочей программой.

ФОС по учебной дисциплине является неотъемлемой частью нормативно-методического обеспечения системы оценки качества освоения обучающимися образовательной программы среднего профессионального образования и обеспечивает повышение качества образовательного процесса техникума.

ФОС по учебной дисциплине представляет собой совокупность контролирующих материалов, предназначенных для измерения уровня достижения обучающимися установленных результатов обучения.

2. ПОКАЗАТЕЛИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНКИ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания).	Личностные результаты реализации программы воспитания	Общие компетенции	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения.
Личностные:			
- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз; - готовность к служению Отечеству, его защите;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	Устные опросы, тестирование
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	практическая работа, домашние работы.
- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	Индивидуальные задания, домашние работы.
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	практическая работа, домашние работы.
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	Устные опросы, тестирование
Метапредметные:			
- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	Устные опросы, тестирование
- анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	Устные опросы, тестирование
- обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	Практическая работа, домашние работы.
- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	Практическая работа, домашние работы.
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	Устные опросы, тестирование

средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;			
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	Устные опросы, тестирование
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	самостоятельная работа,
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	Тестирование
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	самостоятельная работа, тестирование, рефераты
- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	Устные опросы, тестирование
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	практическая работа, домашние работы.
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	Тестирование практическая работа

- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	Устные опросы, тестирование
- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	практическая работа, домашние работы.
- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	Устные опросы, тестирование
- формирование установки на здоровый образ жизни;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	Тестирование практическая работа
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	Устные опросы, тестирование
предметных:			
- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	устный опрос, самостоятель- ная работа
- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	практическая работа, домашние работы.
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	Тестирование практическая работа

- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности; - освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	устный опрос, самостоятельн ая работа
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	устный опрос, самостоятельн ая работа
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	устный опрос, самостоятельн ая работа
- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	тестирование практическая работа
- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	тестирование практическая работа
- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	устный опрос, самостоятельн ая работа
- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	Тестирование практическая работа

- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;	ЛР 1, ЛР3, ЛР 9, ЛР 10	ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 09, ОК 10	устный опрос, самостоятельн ая работа
--	---------------------------	---	---

3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

3.1. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Раздел 1. Основы комплексной безопасности.

Задание 1. Подготовить устное сообщение по теме: «Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни»:

Проверяемые результаты обучения: 31

Время выполнения задания 2 ч.

Задание 2: Практическое занятие «Способы остановки кровотечения»

Проверяемые результаты обучения: 3 2

Время выполнения задания 2 ч.

Текст задания: Наложить жгут для остановки кровотечения.

Задание 3: Практическое занятие «Наложение шин»

Проверяемые результаты обучения: 32, У1

Время выполнения задания 2 ч.

Текст задания: Наложить шину для фиксации конечности.

Раздел 2. Защита населения РФ от ЧС природного и техногенного характера
Вариант 1

1. РСЧС создана с целью:

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

б) объединения усилий органов центральной власти, органов исполнительной власти, субъектов РФ, городов и районов, а также организаций, учреждений и предприятий, их сил и средств в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;

в) обеспечения первоочередного жизнеобеспечения населения, пострадавшего в чрезвычайных ситуациях на территории РФ.

г) для мониторинга и прогнозирования ЧС

2. Процесс горения протекает при следующих условиях:

а) наличие горючего вещества;

б) наличие окислителя;

в) наличие условий для теплообмена;

г) наличие источника воспламенения.

Найдите допущенную ошибку.

3. Сроки призыва граждан на военную службу?

а) с 1 апреля до 15 июля, с 1 октября по 31 декабря

б) с 1 апреля до 31 июня, с 1 октября по 10 января

в) с 1 августа по 31 августа, с 1 сентября по 31 сентября

г) когда угодно

4. Заблаговременно построенные убежища малого объема вмещают:

а) до 150 человек

б) до 600 человек

в) более 600 человек

г) до 50 человек

5. Быстровозводимые убежища малого объема вмещают:

а) более 100 человек

б) более 600 человек

в) до 60 человек

г) 2 человека

6. Граждане Российской Федерации проходят военную службу:

- а) только в добровольном порядке (по контракту);
- б) по призыву и в добровольном порядке (по контракту);
- в) только по призыву, по достижении определенного возраста
- г) по принуждению

7. В каком возрасте призываются мужчины на военную службу в Российскую армию?

- а) от 18 до 20 лет;
- б) от 18 до 27 лет;
- в) от 28 до 32 лет;
- г) от 33 до 35 лет.

8. Кто из граждан России освобождается от призыва на военную службу?

- а) признанные не годными или ограниченно годными к военной службе по состоянию здоровья;
- б) по личному желанию гражданина;
- в) прошедшие службу в вооруженных силах другого государства;
- г) имеющие неснятую судимость за совершение тяжкого преступления.

9. Система РСЧС действует:

- а) в трёх режимах
- б) в одном режиме
- в) в двух режимах
- г) в четырёх режимах

10. Какова структура Единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС?

- а) состоит из центральных и местных органов, уровней и подсистем;
- б) состоит из федеральных, региональных и местных подсистем и уровней;
- в) состоит из территориальных и функциональных подсистем и имеет 5 уровней: 1 – федеральный; 2 – региональный; 3 – территориальный; 4 – местный; 5 – объектовый.
- г) состоит из территориальных и производственных подсистем и имеет 5 уровней: 1 – федеральный; 2 – региональный; 3 – территориальный; 4 – местный; 5 – объектовый.

11. 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;

12. Что такое пандемия?

- а) инфекционные заболевания среди людей;
- б) заразные болезни среди животных;
- в) заразные болезни среди растений;
- г) отравление вредными веществами;

13. Как называется один из путей передачи СПИДА?

- а) контактно-бытовой
- б) лечебный
- в) половой
- г) фекально-оральный

14. Основным способом спасения людей при извержении вулканов является:

- а) укрытие в специально оборудованных убежищах;
- б) эвакуация;
- в) использование средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.
- г) использование средств коллективной защиты

15. В чём заключается важнейшая задача семьи?

- а) развитие интеллектуальных качеств супругов на благо общества;
 - б) рождение и воспитание детей;
 - в) рождение детей;
 - г) развитие духовных качеств супругов.
16. 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.
17. Каким образом в РФ производится лишение родительских прав?
- а) только органами МВД России;
 - б) только органами опеки;
 - в) только органами социальной защиты населения;
 - г) только в судебном порядке;
18. Дополни предложение. Ордена - это...
- а) почётные ведомственные награды за успехи в различной деятельности;
 - б) наградные государственные знаки за успехи на производстве;
 - в) почётные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги.
 - г) почётные награды министра обороны РФ за безупречное служение Родине.
19. Дополните предложение. Боевые традиции - это...
- а) система межличностных отношений в воинских коллективах;
 - б) народные обычаи, перенесённые в сферу военных отношений;
 - в) исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с выполнением боевых задач и населением воинской службы;
 - г) исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение уставные и неуставные взаимоотношения.
20. Дополните предложение. Здоровый образ жизни - это...
- а) способ существования разумных существ;
 - б) государственная политика, направленная на формирование у людей правильного поведения;
 - в) индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление своего здоровья;
 - г) способ существования белковых тел
21. Как следует отнестись к предложению незнакомого водителя подвести на машине?
- а) согласиться и сесть в машину;
 - б) посоветоваться с друзьями;
 - в) согласиться, если водитель внушает доверие;
 - г) не принимать предложение.
22. Как необходимо вести себя, если возникла необходимость выйти из дома в тёмное время суток?
- а) двигаться по кратчайшему маршруту, чтобы быстрее преодолеть плохо освещённые и малолюдные места;
 - б) стараться избегать малолюдных и плохо освещённых мест;
 - в) найти знакомого и попросить его проводить вас
 - г) держаться поближе к стенам домов.
23. Кто является начальником ГО техникума
- а) инженер ГО
 - б) зам.директора по воспитательной работе
 - в) директор

- г) зам директора по хоз. части
24. Здоровый образ жизни определяет здоровье человека на
- а) 20%
 - б) 30%
 - в) 40%
 - г) 50%
25. Что нужно делать в первую очередь при обморожении?
- а) проколоть пузыри, забинтовать.
 - б) растереть обмороженное место снегом.
 - в) растереть шерстяной материей.
 - г) наложить повязку.

Вариант 2

1. Дополните предложение.
Ордена - это...
- А) почётные ведомственные награды за успехи в различной деятельности;
 - Б) наградные государственные знаки за успехи на производстве;
 - В) почётные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги;
 - Г) почётные награды министра обороны РФ за безупречное служение Родине.
2. Дополните предложение.
Боевые традиции - это...
- А) система межличностных отношений в воинских коллективах;
 - Б) народные обычаи, перенесённые в сферу военных отношений;
 - В) исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с выполнением боевых задач и населением воинской службы;
 - Г) исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение уставные и неуставные взаимоотношения.
3. Альтернативная гражданская служба это особый вид трудовой деятельности ...
- А) регламентированный трудовым законодательством и к понятию воинской обязанности не имеет никакого отношения;
 - Б) в форме добровольной, оплачиваемой по контракту работы в сфере культуры, искусства и народных промыслов, исключительно опытными специалистами в этой сфере деятельности;
 - В) осуществляемой гражданами взамен военной службы по призыву;
 - Г) по обеспечению безопасности государства.
4. Какие права и свободы имеют военнослужащие ВС РФ?
- А) Все общегражданские права и свободы предусмотренные Конституцией Российской Федерации;
 - Б) В период прохождения военной службы права и свободы на военнослужащих не распространяются;
 - В) Общегражданские права и свободы предусмотренные Конституцией РФ распространяются на военнослужащих, с ограничениями связанными с особенностями военной службы;
 - Г) Все права и свободы указанные в Уставах ВС РФ.
5. В каком Уставе определены общие обязанности солдата (матроса) и командира отделения?
- А) В Дисциплинарном Уставе ВС РФ;
 - Б) В Строевом Уставе ВС РФ;
 - В) В Уставе внутренней службы;
 - Г) В Уставе гарнизонной и караульной службы.

6. Военно-врачебной комиссией призывник признан временно негодным по состоянию здоровья к прохождению военной службы, ему должны предоставить:

- А) Освобождение от военной службы;
- Б) Военный билет;
- В) Направление на альтернативную службу.
- Г) Отсрочку от призыва.

7. Понятие «отсрочка» подразумевает:

- А) Освобождение от военной службы в армии;
- Б) Временное освобождение от призыва на военную службу;
- В) Признание негодным к военной службе;
- Г) Признание ограниченно годным к военной службе.

8. Воинская обязанность граждан РФ, это:

А) Установленный законодательством РФ порядок службы по призыву в рядах Российской Армии;

Б) Обязанность граждан своевременно являться по повестке в военный комиссариат и не допускать уклонения от службы в Армии;

В) Обязанность проходить службу по призыву и состоять в запасе ВС;

Г) Воинский учет, призыв и прохождение военной службы, пребывание в запасе, прохождение военных сборов.

9. Кто осуществляет воинский учет граждан в РФ?

- А) Военные комиссариаты районов и городов;
- Б) Органы государственной власти;
- В) Штабы воинских частей и гарнизонов;
- Г) Органы местного самоуправления.

10. В каком случае на воинский учет становятся граждане РФ женского пола:

А) Если обучаются в учебных заведениях, имеющих государственную аккредитацию;

Б) Если имеют соответствующую строевую выправку и желание служить;

В) Если имеют военно-учетную специальность;

Г) Если отец или родной брат являются военнослужащими по контракту.

11. Когда осуществляется первоначальная постановка на воинский учет граждан мужского пола:

А) с 17 лет до 18 лет;

Б) с 16 лет до 17 лет;

В) при достижении возраста 18 лет;

Г) в год достижения 17 лет (с января по март включительно).

12. Что такое воинская дисциплина:

А) Знать Дисциплинарный Устав Вооруженных сил РФ;

Б) Установленный порядок поведения людей, отвечающий сложившимся в обществе нормам права и морали;

В) Соблюдать ритуал Военной присяги;

Г) Чётко соблюдать распорядок дня воинской части.

13. Что обязывает воинская дисциплина каждого военнослужащего России:

А) выполнять свой воинский долг умело и мужественно;

Б) быть верным военной присяге, строго соблюдать Конституцию и законы Российской Федерации;

В) стойко переносить трудности военной службы, не щадить своей жизни для выполнения воинского долга;

Г) честно выполнять приказы командования.

14. С какого возраста, лица мужского пола, подлежат призыву на воинскую службу, где защита Отечества является долгом гражданина Российской Федерации:

А) с 18 лет до 27 лет;

Б) с 17 лет до 26 лет;

В) с 19 лет до 28 лет;

Г) с 18 лет до 23 лет.

15. Общевоинские уставы:

А) Это официальные нормативно-правовые документы, регламентирующие несение службы в ВС, права и обязанности военнослужащих;

Б) Это официальный нормативный документ об организации войск, походных и боевых порядков;

В) Это свод правил по соблюдению моральных принципов военнослужащих;

Г) Это свод правил по организации войск.

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

а) годен к военной службе;

б) годен к военной службе с незначительными ограничениями;

в) не годен к военной службе;

г) временно не годен к военной службе.

17. В каких случаях гражданин РФ имеет право на замену военной службы альтернативной гражданской?

а) если его убеждениям или вероисповеданию противоречит несение военной службы;

б) если его семья или ближайшие родственники ходатайствуют перед военкоматом о замене военной службы на альтернативную гражданскую;

в) если у него на иждивении находятся нетрудоспособные родители.

18. Порядок организации воинского учета граждан, подготовки их к военной службе, призыва на военную службу и ее прохождение определены:

а) в законе « Об обороне»;

б) в законе « О воинской обязанности и военной службе»;

в) в законе « О статусе военнослужащих»;

г) в законе « О безопасности».

19. Заключение по результатам освидетельствования категории «В» означает:

а) годен к военной службе;

б) временно не годен к военной службе;

в) годен к военной службе с незначительными ограничениями;

г) ограниченно годен к военной службе.

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

а) до 2 месяцев, но не чаще одного раза в 2 года;

б) до 3 месяцев, но не чаще одного раза в 3 года;

в) до 2 месяцев, но не чаще одного раза в 3 года;

г) до 3 месяцев, но не чаще одного раза в 2 года.

21. Воинская обязанность — это:

а) особый вид государственной службы, исполняемой в Вооруженных Силах, других войсках, органах и воинских формированиях;

б) система знаний о подготовке и ведении военных действий;

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

г) особый вид государственной службы, исполняемой гражданами добровольно.

22. В Военно-Морской флот не входит род войск:

а) подводные

б) водные

в) надводные

г) морская авиации

23. К видам ВС РФ относятся:

- а) РВСН, артиллерийские войска, войска ПВО, мотострелковые войска;
- б) Сухопутные войска, Воздушно-космические силы, Военно-морской флот;
- в) Сухопутные войска, ВДВ, танковые войска, мотострелковые войска;
- г) ВМФ, Космические войска, РВСН, Сухопутные войска.

24. Дезактивация – это:

- а) обеззараживание и удаление людей с зараженной территории;
- б) обеззараживание и удаление радиоактивных веществ с зараженной территории и поверхностей;
- в) обеззараживание и удаление радиоактивных веществ из воздуха;
- г) термическая обработка одежды.

25. Санитарная обработка человека – это:

- а) удаление отравляющих и иных веществ с кожи пострадавшего;
- б) обработка различного рода ран, ожогов и наложение стерильных повязок;
- в) обеззараживание и удаление биологических, отравляющих и радиоактивных веществ с поверхности тела, одежды, обуви;
- г) механическая обмывка зараженных людей со сменой белья.

Ключ:

Вариант 1	Вариант 2
1. б	1. в
2. в	2. б
3. а	3. в
4. а	4. в
5. в	5. в
6. б	6. г
7. б	7. б
8. а	8. г
9. а	9. а
10. в	10. в
11. в	11. г
12. а	12. б
13. в	13. б
14. б	14. а
15. б	15. а
16. г	16. б
17. г	17. а
18. в	18. б
19. б	19. г
20. в	20. г
21. г	21. в
22. б	22. б
23. г	23. б
24. г	24. б
25. в	25. в

Раздел 3 Основы обороны государства и воинская обязанность

1 вариант

1. Воинская обязанность — это:

- а) особый вид государственной службы, исполняемой в Вооруженных Силах,

других войсках, органах и воинских формированиях

- б) система знаний о подготовке и ведении военных действий
- в) установленный законом почетный долг граждан с оружием в руках защищать свое Отечество, нести службу в рядах Вооруженных Сил, проходить вневойсковую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности

2. Граждане Российской Федерации проходят военную службу:

- а) по призыву и в добровольном порядке (по контракту)
- б) только по призыву
- в) только в добровольном порядке (по контракту)
- г) в порядке воинской повинности

3. Комиссия по постановке граждан на воинский учет предусмотрена в следующем составе:

- а) заместитель руководителя местной администрации, военный комиссар района, руководитель органа внутренних дел района, секретарь комиссии, врачи-специалисты
- б) военный комиссар района или его заместитель, представитель местной администрации, специалист по профессиональному психологическому отбору, секретарь комиссии, врачи-специалисты
- в) заместитель военного комиссара района, специалист по профессиональному психологическому отбору, секретарь комиссии, врачи-специалисты

4. Какие из указанных ниже причин (при условии документального подтверждения) являются уважительными для неявки по вызову военкомата)?

- а) заболевание или увечье, связанное с утратой трудоспособности
- б) тяжелое состояние здоровья близких родственников (отца, матери, жены, мужа, сына, дочери, родного брата, родной сестры, бабушки, дедушки, усыновителя) либо участие в их похоронах
- в) нахождение в отпуске или в командировке
- г) препятствие, возникшее в результате действия непреодолимой силы, или иное обстоятельство, не зависящее от воли гражданина
- д) свадьба близкого родственника
- е) иные причины, признанные уважительными призывной комиссией, комиссией по первоначальной постановке на воинский учет или судом
- ж) участие в спортивном соревновании

5. Профессиональный психологический отбор граждан, призываемых на военную службу, осуществляется с целью:

- а) определения индивидуального физического развития призывников, так как с первых дней военной службы они испытывают значительные нагрузки
- б) обеспечения соответствия индивидуально-психологических качеств граждан, призываемых на военную службу, современным требованиям в Вооруженных Силах Российской Федерации
- в) определения качества освоения дополнительных образовательных программ по военной подготовке

6. Какой категории профессиональной пригодности гражданина, призываемого на военную службу, соответствует формулировка «рекомендуется»?

- а) первой
- б) второй
- в) третьей
- г) четвертой

7. Согласно психологической классификации воинских должностей на командные должности целесообразно готовить и назначать граждан, имеющих следующие гражданские специальности:

- а) бригадир
- б) токарь
- в) радиооператор

- г) учитель
- д) пожарный
- е) воспитатель

8. С каким результатом необходимо молодому солдату пробежать 3 км, чтобы выполнить норматив для нового пополнения воинских частей?

- а) 14 мин.
- б) 14 мин. 15 сек.
- в) 14 мин. 30 сек.
- г) 3 мин. 45 сек.

9. Сколько раз необходимо подтянуться на перекладине молодому солдату, чтобы выполнить норматив для нового пополнения воинских частей на оценку «хорошо»?

- а) 11 раз
- б) 10 раз
- в) 9 раз
- г) 8 раз

10. Перечислите наиболее массовые военно-прикладные виды спорта, культивируемые в Вооруженных Силах Российской Федерации.

- а) автомобильный (мотоциклетный)
- б) гребно-парусный
- в) футбол
- г) плавание прикладное
- д) хоккей с мячом
- е) военно-спортивное ориентирование
- ж) парашютный спорт
- з) стрельба пулевая
- и) стрельба из лука

11. Заключение по результатам медицинского освидетельствования о категории годности к военной службе, обозначенное буквой «А», соответствует формулировке:

- а) не годен к военной службе
- б) годен к военной службе
- в) ограниченно годен к военной службе
- г) временно не годен к военной службе

12. Заключение по результатам медицинского освидетельствования о категории годности к военной службе, обозначенное буквой «Б», соответствует формулировке:

- а) не годен к военной службе
- б) годен к военной службе
- в) ограниченно годен к военной службе
- г) годен к военной службе с незначительными ограничениями

13. Увольнение с военной службы — это:

- а) регулярный отдых, предоставляемый в соответствии с законодательством всем военным служащим
- б) краткосрочный отпуск из расположения воинской части
- в) установленное законом освобождение от дальнейшего несения службы в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации, других войсках, воинских формированиях и органах

14. До какого возраста могут пребывать в запасе Вооруженных Сил Российской Федерации солдаты, матросы, сержанты и старшины?

- а) до 35 лет
- б) до 40 лет
- в) до 45 лет
- г) до 50 лет

2 вариант

1. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» определяет, что военная служба исполняется гражданами:

- а) только в Вооруженных Силах Российской Федерации
- б) в Вооруженных Силах Российской Федерации, других войсках, органах, воинских формированиях, в воинских подразделениях федеральной противопожарной службы, в создаваемых на военное время специальных формированиях
- в) в Вооруженных Силах Российской Федерации, войсках гражданской обороны, внутренних войсках, органах Федеральной службы безопасности
- г) в Вооруженных Силах Российской Федерации, воинских формированиях и других войсках

2. Согласно Федеральному закону «О воинской обязанности и военной службе» первоначальная постановка на воинский учет граждан мужского пола осуществляется в период:

- а) с 1 января по 1 апреля в год достижения ими возраста 17 лет
- б) с 1 января по 31 марта в год достижения ими возраста 16 лет
- в) с 1 января по 31 марта в год достижения ими возраста 17 лет

3. Считаются уклонившимися от исполнения воинской обязанности и подлежащими административной ответственности граждане:

- а) не явившиеся по вызову военного комиссариата в указанный срок по уважительной причине, подтвержденной документом
- б) не явившиеся по вызову военного комиссариата в указанный срок без объяснения причин
- в) явившиеся по вызову военного комиссариата с нарушением указанного срока (опозданием) по уважительной причине, подтвержденной документом
- г) явившиеся по вызову военного комиссариата с опозданием

4. Укажите родственников, тяжелое состояние которых является уважительной причиной для неявки в указанный срок по вызову военного комиссариата:

- а) отец, мать
- б) жена, муж
- в) сын, дочь
- г) родной брат, родная сестра
- д) двоюродный брат, двоюродная сестра
- е) племянник, племянница
- ж) дедушка, бабушка
- з) усыновитель
- и) родной дядя, родная тетя

5. По результатам профессионального психологического отбора определяется оценка о профессиональной пригодности гражданина к исполнению обязанностей в сфере военной деятельности. Она может быть такой:

- а) рекомендуется в первую очередь
- б) рекомендуется во вторую очередь
- в) рекомендуется
- г) рекомендуется в основном
- д) рекомендуется условно
- е) рекомендуется с ограничениями
- ж) не рекомендуется

6. Какой категории соответствует оценка профессиональной пригодности «рекомендуется» гражданина, призываемого на военную службу?

- а) первой категории профессиональной пригодности (полностью соответствует требованиям воинских должностей)
- б) второй категории профессиональной пригодности (в основном соответствует

требованиям воинских должностей)

в) третьей категории профессиональной пригодности (минимально соответствует требованиям воинских должностей)

7. Согласно психологической классификации воинских должностей, замещаемых сержантами, старшинами, солдатами и матросами, на должности специального назначения целесообразно отбирать кандидатов, имеющих гражданские специальности:

- а) машиниста автокрана
- б) кузнеца
- в) водолаза
- г) пожарного
- д) монтажника
- е) учителя
- ж) горнорабочего
- з) спасателя
- и) каскадера
- к) оператора ЭВМ

8. С каким результатом надо пробежать на лыжах 5 км, чтобы выполнить норматив для нового пополнения воинских частей на оценку «отлично»?

- а) 30 мин.
- б) 31 мин.
- в) 29 мин.
- г) 32 мин.

9. Какое минимальное расстояние необходимо проплыть в спортивной форме, чтобы выполнить норматив для нового пополнения воинских частей?

- а) 20 м
- б) 30 м
- в) 40 м
- г) 50 м

10. Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе» установлены:

- а) обязательная подготовка к военной службе
- б) специальная подготовка к военной службе
- в) необходимая подготовка к военной службе
- г) добровольная подготовка к военной службе
- д) принудительная подготовка к военной службе
- е) полная подготовка к военной службе

11. По результатам медицинского освидетельствования врачами специалистами могут быть вынесены следующие заключения о годности к военной службе

- а) годен к военной службе
- б) пригоден к военной службе
- в) годен к военной службе с незначительными ограничениями
- г) минимально годен к военной службе
- д) ограниченно годен к военной службе
- е) неограниченно годен к военной службе
- ж) временно не годен к военной службе
- з) не годен к военной службе

12. Служебное подчинение младших старшим, нижестоящих органов вышестоящим, а также исполнение правил служебной, в том числе воинской, дисциплины во взаимоотношениях между различными по служебному положению и званию лицами — это:

- а) дисциплинированность
- б) субординация

- в) исполнительность
- г) уважительное отношение

13. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации предназначен:

- а) для подготовки населения к ведению партизанских действий в случае необходимости
- б) для развертывания армии при мобилизации и ее пополнения во время войны
- в) для создания резерва различных специалистов, необходимых в народном хозяйстве

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

- а) до 2 месяцев, но не чаще одного раза в 2 года
- б) до 3 месяцев, но не чаще одного раза в 3 года
- в) до 2 месяцев, но не чаще одного раза в 3 года
- г) до 3 месяцев, но не чаще одного раза в 2 года

Ключ :

1 вариант

1-в

2-а

3-б

4-абге

5-б

6-б

7-аге

8-а

9-в

10-абгежз

11-б

12-г

13-в

14-г

2 вариант

1-б

2-в

3-бг

4-абвгжз

5-авдж

6-б

7-вгджзи

8-в

9-г

10-аг

11-авджз

12-б

13-б

14-в

Раздел 4. Основы здорового образа жизни

1) Что такое ЗОЖ?

- когда человек занимается спортом
- жизнедеятельность, направленная на сохранение и улучшение здоровья
- образ жизни без алкоголя, табака и наркотиков

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

- да
- нет

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

- а, г, е, ж
- а, б, в, з
- б, в, д, з.

3) Факторы, сохраняющие здоровье: а) физическая активность; б) закаливание; в) полноценное питание; г) умеренное потребление алкоголя; д) температурный комфорт; е) благоприятная экология; ж) конфликты, тренирующие нервную систему

- все
- все, кроме – г
- а, б, в, е

4) Что такое гиподинамия?

- снижение функции гипофиза
- пониженное кровяное давление
- ограничение физической активности

5) Что такое активный отдых?

- отдых в движении
- активные поиски места отдыха
- активное использование отдыха на солнце

6) Факторы, способствующие быстрому переходу от сонливости к активному бодрствованию:

- тихая музыка и ограничение резких движений
- физзарядка и водные процедуры
- спокойная обстановка – полумрак, тепло

7) Механизм воздействия ФУ на активность головного мозга после сна:

- угнетающие кору головного мозга импульсы от рецепторов мышц
- химические изменения в составе крови, возбуждающие средний мозг
- возбуждающие импульсы, поступающие в кору головного мозга от рецепторов мышц

8) Условия правильного развития и функционирования опорно-двигательного аппарата и организма в целом: а) ограничение физических нагрузок; б) регулярный

физический покой; в) регулярное воздействие физических нагрузок; г) интенсивная спортивная тренировка.

- а, б
- в, г
- в

9) Влияние ФУ на ОДА:

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

10) Что такое закаливание холодом?

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

11) Что такое гигиена?

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

12) Условия, способствующие возникновению умственного утомления:

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

13) Что такое осанка?

- правильное положение тела в пространстве
- правильное положение частей тела при сидении, стоянии и ходьбе
- правильные пропорции частей тела и внешний вид формы позвоночника

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

1) все 2) все, кроме – в 3) а, б

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

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

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

1) б, в, г, д. 2) а, е, ж. 3) а, е.

18 Какие заболевания относятся к заболеваниям передающимся половым путём?

а – гонорея, б – сифилис, в – СПИД, г – молочница

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

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

1) закаливанием 2) акклиматизацией 3) адаптацией

20 закаливание воздухом это:

1) длительные прогулки на холоде 2) занятие зимними видами спорта
3) сон с открытым окном зимой

21 основные причины плоскостопия:

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

3) ношение не по размеру большой обуви и раннее курение

Ключ: 1) 2, 2) 1, 3) 3, 4) 3, 5) 3, 6) 1, 7) 2, 8) 3, 9) 3, 10) 2, 11) 1, 12) 3, 13) 2, 14) 2 15) 2, 16) 2, 17) 3, 18) 2, 19) 1, 20) 2, 21) 1.

Тест на тему: вредные привычки

Задание: выберите правильный ответ

1 к чему приводят курение и злоупотребление алкоголем: а- к психологической зависимости; б- к психической зависимости; в- к физической зависимости

1) б, в 2) а 3) все

2 какие средства массовой информации влияют на выбор образа жизни?

а – телевидение; б – журналы, газеты; в – радио; г – рекламные проспекты;

1) а, в; 2) все; 3) б, г.

3 кто способствовал широкому распространению табакокурения?

1) Магеллан 2) Колумб 3) Васко да Гама

4 кто способствовал распространению табакокурения в России?

1) Пётр 1; 2) Елизавета; 3) Екатерина 2

5 влияние никотина на кровеносные сосуды:

1) резко суживает мелкие артерии 2) увеличивает проницаемость капилляров 3) расширяет мелкие артерии и может вызвать кровотечения

6 наиболее частые заболевания, связанные с сосудосуживающим действием никотина: а- инфаркт миокарда, б- гангрена конечности, в- кровоточивость из носа и ушей, г- расширение вен нижних конечностей, д- гипотония

1) а, б 2) в, г 3) г, д

7 влияние курения на органы дыхания: а- хроническое заболевание плевры; б- предрасположенность к туберкулёзу лёгких; в- злокачественное перерождение тканей гортани и бронхов; г- предрасположенность к дифтерии

1) а, б 2) б, в 3) в, г

8 как влияет курение на органы пищеварения?

1) снижает аппетит, способствует развитию гастрита и язвы 2) способствует возникновению аппендицита 3) угнетает перистальтику желудка и кишечника, вызывает перерождение клеток печени

9 что такое пассивное курение?

1) когда курят, но мало 2) вдыхание загрязнённого табачным дымом воздуха
3) когда держишь во рту курительную трубку, не зажигая табак

10 влияние алкоголя на органы пищеварения:

1) способствует развитию гастрита, язвы, рака желудка 2) резко угнетает функции поджелудочной железы 3) способствует возникновению туберкулёза толстого кишечника

11 влияние алкоголя, никотина и наркотиков на обмен веществ:

1) угнетают обмен белков и углеводов 2) «внедряются» в нормальный обмен и, оставаясь ядами, становятся необходимыми организму - возникает зависимость от них
3) отравляют организм не вмешиваясь в обмен веществ

12 влияние алкоголя на зрение:

1) снижается острота зрения 2) нарушается цветоощущение 3) возможно воспаление зрительного нерва

13 влияние алкоголя и других наркотиков на вестибулярный аппарат:

1) угнетение функции нарушения равновесия 2) разрастание эпителия внутри полукружных каналов 3) нарушение слуха

14 какие существуют виды наркоманий: а- опийная, б- героиновая, в- кокаиновая, г- гашишная, д- обусловленная приёмом галлюциногенов, е- вызванная приёмом снотворных препаратов

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

15 каковы виды токсикоманий: а- вызванные корректорами ЦНС, б- вдыхание паров органических растворителей и других средств бытовой химии, в- связанные со злоупотреблением успокоительных и снотворных средств

1) все 2) б, в 3) а, б

16 какой мировой опыт накоплен в борьбе с вредными привычками, связанными с употреблением алкоголя, табака, наркотиков: а- законодательные и ограничительные меры в области торговли этими веществами; б- пропаганда ЗОЖ; в- предупредительные в отношении здоровья меры

1) а, б 2) все 3) а, в

17 влияние курения на половую систему:

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

18 влияние алкоголя на половую систему:

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

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

1) все 2) все, кроме – д 3) б, в, г

20 когда проходит всемирный день борьбы с наркоманией?

1) 1 июня 2) 26 июня 3) 1 сентября

Ключ: на тест по вредным привычкам

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

3.2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ЗАЧЕТА ОУД.06 «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Предметом оценки являются умения и знания. Контроль и оценка осуществляются с использованием следующих форм и методов: дифференцированный зачет в форме тестирования.

Оценка освоения дисциплины предусматривает использование накопительной системы оценивания результатов освоения учебной дисциплины.

Умения

У1. владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

У2. пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

У3. оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

Знания:

31. основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

32. потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

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

34. основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;

35. порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;

36. состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;

37. основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;

38. основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;

39. требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;

310. предназначение, структуру и задачи РСЧС;

311. предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.

ЗАДАНИЕ ДЛЯ ЗАЧЕТА.

Инструкция для обучающихся

Внимательно прочитайте задание. Отметьте правильные ответы на вопросы теста.

Время выполнения задания – 1 час

Тест-задание

1. Область медицины, изучающая влияние условий жизни, труда на здоровье человека и разрабатывающая меры профилактики различных заболеваний, обеспечения оптимальных условий существования, сохранения здоровья и продления жизни называется
 - а) санитария
 - б) гигиена
 - в) асептика
 - г) антисептика
2. Самоубийство – это
 - а) результат психологического кризиса
 - б) фатальная неизбежность

- в) обязательное последствие неразделенной любви
 - г) неотъемлемая часть действий по уходу от проблем
3. Заведомое создание ситуации, опасной для другого лица заражением ВИЧ – инфекцией, может наказываться лишением свободы на срок
- а) до 3 лет
 - б) до 1 года
 - в) от 1 до 5 лет
 - г) до 5 лет
4. В России установлен единый минимальный брачный возраст для мужчин и для женщин
- а) 16 лет
 - б) 18 лет
 - в) 14 лет
 - г) 21 год
5. Оказываемая помощь пострадавшему при ранении, необходимо прежде всего
- а) наложить повязку
 - б) остановить кровотечение
 - в) обработать рану
 - г) иммобилизовать раненую конечность
6. Жгут на конечность можно наложить не более чем на
- а) 3 часа
 - б) 4 часа
 - в) 1 час
 - г) 30 минут
7. При наложении шины необходимо фиксировать
- а) один сустав выше места перелома
 - б) один сустав ниже места перелома
 - в) два сустава выше места перелома
 - г) два ближайших сустава: один – выше места перелома, другой – ниже
8. Военная обязанность граждан Российской Федерации устанавливается в целях
- а) комплектования вооруженных сил
 - б) защиты границ
 - в) обороны
 - г) подготовки населения
9. Из перечисленных элементов: 1) воинский учет; 2) обязательная подготовка к военной службе; 3) призыв на военную службу; 4) прохождение военной службы по призыву; 5) призыв на военную службу по мобилизации; 6) пребывание в запасе; 7) призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе – воинская обязанность в мирное время предусматривает только
- а) 2,3,4,5,6,7,
 - б) 1,2,3,4,6,7
 - в) 1,2,3,4,5,6
 - г) 1,2,3,4,5
10. Из перечисленных условий: 1) достижение установленного возраста; 2) физическая годность; 3) нравственное достоинство – выполнение гражданами военной обязанности возникает при наличии только
- а) 1,2,3
 - б) 1,2,
 - в) 2,3
 - г) 1,3
11. Отбывающие наказание в виде лишения свободы на воинский учет
- а) ставятся по месту отбывания наказания

- б) ставятся
 - в) не ставятся
 - г) ставятся по месту постоянного проживания
12. Комиссию по первоначальной постановке на воинский учет возглавляет
- а) глава органа местного самоуправления
 - б) военный комиссар
 - в) руководитель предприятия, где осуществляется постановка
 - г) начальник РЭУ (ДЭЗ).
13. Гражданин, состоящий на воинском учете, обязан сообщать в военный комиссариат об изменениях в анкетных данных в
- а) двухнедельный срок
 - б) течение 1 месяца
 - в) срок до очередного призыва
14. Подготовка по военно – учетным специальностям проводится с гражданами
- а) мужского пола, достигшими возраста 18 лет
 - б) мужского пола, достигшими возраста 17 лет
 - в) мужского и женского пола, достигшими возраста 17 лет и обучающихся в общественных и образовательных учреждениях начального и среднего профессионального образования.
15. Определяют права и обязанности военнослужащих, регламентируют их поведение и деятельность, жизнь, быт, боевую подготовку
- а) Федеральные законы
 - б) постановления Правительства
 - в) приказы
 - г) воинские уставы
16. Уклад жизни и деятельности вооруженных сил, порядок, должностные права и обязанности определяют уставы
- а) Боевые
 - б) Морские
 - в) Общевоинские
 - г) Внутренней службы
17. «Устав ратных, пушечных и других дел, касающихся до воинской науки...» появился в
- а) 1571 г.
 - б) 1621 г.
 - в) 1647 г.
 - г) 1812 г.
18. «Воинские артикулы» А.М. Головина вышли в
- а) 1571 г.
 - б) 1621 г.
 - в) 1699 г.
 - г) 1647 г.
19. В регулярной армии Петра 1 в качестве дисциплинарного устава было
- а) «Соборное уложение»
 - б) «Артикул воинский с кратким толкованием»
 - в) «Полевой устав»
 - г) «Дисциплинарный артикул»
20. В настоящее время действуют Общевоинские уставы Вооруженных сил РФ, утвержденные 14 декабря 2007 года
- а) указом Президента РФ
 - б) указом Президента СССР
 - в) постановлением Правительства РФ

- г) постановлением Верховного Совета СССР
21. Соблюдать правила воинской вежливости, поведения и выполнения воинского приветствия, всегда быть по форме, чисто и аккуратно одетым – это
- а) право военнослужащего
 - б) обязанность военнослужащего
 - в) требование начальников
 - г) служебная необходимость
22. По своему служебному положению и воинскому званию одни военнослужащие по отношению к другим могут быть
- а) начальниками или подчиненными
 - б) командирами и начальниками
 - в) подчиненными и друзьями
 - г) рядовыми и ефрейторами
23. Ближайший к подчиненному начальник называется
- а) прямым начальником
 - б) начальником по воинскому званию
 - в) непосредственным
 - г) старшим по воинскому званию
24. Старшинство военнослужащих определяется
- а) приказанием непосредственного начальника
 - б) приказанием прямого начальника
 - в) приказом
 - г) воинскими званиями
25. Для поддержания внутреннего порядка, охраны личного состава, вооружения воинской части назначается
- а) дежурный сотрудник милиции
 - б) дежурный сотрудник прокуратуры
 - в) служба суточного наряда
 - г) караул
26. В день заступления в наряд в часы, указанные в распорядке дня, личному составу предоставляют для подготовки к несению службы не менее
- а) 3 часов
 - б) 1 часа
 - в) 6 часов
 - г) 8 часов
26. Дневальный по роте обязан при прибытии в роту прямых начальников от командира роты и выше и дежурного по полку подавать команду
- а) «Встать! Смирно!»
 - б) «Смирно!»
 - в) «Дежурный по роте на выход!»
 - г) «Внимание!»
27. Воинская дисциплина основывается на повседневной требовательности командиров и начальников
- а) осознании каждым военнослужащим воинского долга и личной ответственности за защиту своего Отечества
 - б) умелом сочетании мер убеждения и принуждения
 - в) поддержании строгого уставного порядка в части.
28. При поощрении увеличение продолжительности основного отпуска военнослужащим, проходящим военную службу по призыву, может достигать
- а) 10 суток
 - б) 5 суток
 - в) 3 суток

- г) 15 суток
29. Воинские части, расположенные постоянно или временно в населенном пункте или вне его, составляют
- а) гарнизон
 - б) караул
 - в) патруль
 - г) наряд
30. Несение караульной службы является
- а) тактической задачей
 - б) боевой задачей
 - в) учебным сбором
 - г) патрульной операцией
31. Караул возглавляет
- а) разводящий
 - б) начальник
 - в) часовой
 - г) дежурный
32. Вооруженный караульный, выполняющий боевую задачу по охране и обороне порученного ему поста, называется
- а) постовым
 - б) часовым
 - в) патрульным
 - г) дневальным
33. Строевые приемы, строи подразделений и частей, порядок их движения и действий в различных условиях определяет Устав
- а) строевой
 - б) гарнизонной и караульной службы
 - в) дисциплинарный
 - г) внутренней службы
34. Сторона строя, к которой военнослужащие обращены лицом (машины – лобовой частью), называется
- а) флангом
 - б) шеренгой
 - в) фронтом
 - г) тылом
35. Расстояние по глубине строя между военнослужащими, машинами, подразделениями называется
- а) интервалом
 - б) шеренгой
 - в) фронтом
 - г) дистанцией
36. Торжественный правовой акт, при котором произносятся патриотические слова, ярко выражающие сущность воинского долга, готовность мужественно защищать свободу, независимость и конституционный строй России, - это
- а) вручение приписного свидетельства
 - б) военная присяга
 - в) вручение повестки на призыв
 - г) вручение повестки на призыв
37. Приведение к военной присяге проводится после прохождения начальной военной подготовки, срок которой не должен превышать
- а) 2 месяца
 - б) 1 месяц

- в) 3 месяца
 - г) 2 недели
38. Ритуал приема военной присяги определяется Уставом
- а) гарнизонной и караульной службы
 - б) дисциплинарным
 - в) строевым
 - г) внутренней службы
39. С 1 января 1998 года вступил в силу Федеральный закон
- а) «О воинской обязанности и военной службе»
 - б) «О статусе военнослужащих»
 - в) «Об обороне»
 - г) «О безопасности»
40. Граждане утрачивают статус военнослужащих
- а) с началом военной службы
 - б) с окончанием военной службы
 - в) со дня приема военной присяги
 - г) с момента вручения повестки о призыве на военную службу
41. Общие обязанности военнослужащих сформулированы
- а) в Законе РФ «О статусе военнослужащих»
 - б) в общевоинских уставах ВС РФ
 - в) в Законе РФ «О воинской обязанности и военной службе»
 - г) в Законе РФ «О статусе военнослужащих» и в общевоинских уставах ВС РФ
42. Общественно опасное нарушение установленных юридических правил и норм, при котором имеют место дисциплинарные, административные, Гражданско – правовые правонарушения, причиняющие материальный ущерб, квалифицируется как
- а) преступление
 - б) неуставные взаимоотношения
 - в) проступок
 - г) нарушение
43. Лица, изъявившие желание поступить в военные образовательные учреждения, подают заявления в районный или городской военный комиссариат по месту жительства в год поступления до
- а) 30 марта
 - б) 30 мая
 - в) 1 марта
 - г) 1 мая
44. Организационная вооруженная борьба между самостоятельными независимыми суверенными государствами квалифицируется как
- а) вооруженный конфликт
 - б) терроризм
 - в) война
 - г) агрессия
45. Из перечисленного: 1) убийство лиц, принадлежащих к гражданскому населению; 2) ядовитые газы и жидкости; 3) убийство лиц, сложивших оружие; 4) разрывные пули; 5) разрушение памятников; 6) мины – ловушки – к запрещенным средствам ведения вооруженной борьбы относятся только
- а) 1,3,5
 - б) 1,2,3
 - в) 2,4,6
 - г) 1,4,5

46. Индивидуальные и коллективные принудительные меры, применяемые для предупреждения или в качестве ответной меры на совершенное международно – правовое деяние, - это
 а) репарация
 б) санкция
 в) сатисфакция
 г) реституция
47. Возврат в натуре имущества, неправомерно изъятого и вывезенного воюющим государством с территории противника, - это
 а) санкции
 б) реституция
 в) репарация
 г) сатисфакция
48. Убийства, истребления, порабощения, ссылки и другие жестокие действия, совершенные в отношении гражданского населения до или во время войны, квалифицируются как преступления
 а) против человечности
 б) военные
 в) против мира
 г) уголовные
49. Миротворческие операции выполняются только в виде операций
 а) по поддержанию мира
 б) по поддержанию мира и по принуждению к миру
 в) по принуждению к миру
 г) по защите гражданских лиц
50. Сроки призыва граждан на военную службу?
 а) с 1 апреля до 15 июля, с 1 октября по 31 декабря
 б) с 1 апреля до 31 июня, с 1 октября по 10 января
 в) с 1 августа по 31 августа, с 1 сентября по 31 сентября
 г) когда угодно
- Ключ

Вариант 1

Вариант 2

№ вопроса	№ ответа	№ вопроса	№ ответа
1	б	26	б
2	а	27	а
3	а	28	б
4	б	29	а
5	б	30	б
6	в	31	б
7	г	32	б
8	а	33	а
9	б	34	б
10	б	35	г
11	в	36	б
12	б	37	г
13	а	38	в
14	в	39	б
15	г	40	б
16	г	41	а
17	б	42	г

18	в	43	г
19	б	44	в
20	а	45	г
21	б	46	а
22	а	47	в
23	а	48	а
24	г	49	б
25	в	50	а

3.2.1 Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет безопасности жизнедеятельности и охраны труда

Рабочее место преподавателя

Столы ученические

Стулья ученические

Электронный лазерный тир «Лазер–СТК» на базе персонального компьютера

Шкафы

Шкаф металлический

Проектор потолочный InFocus

Макет автомата Калашникова АК-74

Макет автомата Калашникова АК-47

Самодельный макет защитного сооружения (убежище) гражданской обороны

Прибор ДП-63А

Прибор ВПХР

Противогазы ГП–5

Респираторы

Порошковый огнетушитель ОП–4

Углекислотный огнетушитель ОУ–2

Тренажер–манекен взрослого пострадавшего «Александр 2-002»

Бытовой дозиметр RadexRD 1706

Общевойсковой защитный комплект ОЗК

Костюм легкий Л

Компас

Визирная линейка

Аптечка индивидуальная

Сумка медицинская СМС и комплект медицинского имущества для оказания первой медицинской помощи

Шина транспортная полимер-алюминиевая ШТПА–Д

Комплект индивидуальный медицинский гражданской защиты КИМГЗ

Прибор радиационной разведки ДКГ – РМ1203М

Носилки санитарные

Стенды:

«Основы ГО и защиты при ЧС»

«Первая помощь в военных условиях»

«Гражданская оборона»

«Строевая подготовка»

«Огневая подготовка»

«Пожарная безопасность»

«Уголок охраны труда»

«Военная форма и знаки различия»

«Великие полководцы и флотоводцы России»
«Гимн Российской Федерации»
«Гимн Республики Татарстан»
«Военная присяга»

Информационное обеспечение реализации программы

Основные печатные издания

1. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник 10 класс / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников.—Москва: Просвещение, 2018.—284 с.
2. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник 11 класс / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников.—Москва: Просвещение, 2018.—298 с.

Основные электронные издания

1. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 313 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-04629-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489671> (дата обращения: 29.01.2022).
2. Микрюков, В.Ю., Безопасность жизнедеятельности : учебник / В.Ю. Микрюков. — Москва : КноРус, 2022. — 333 с. — ISBN 978-5-406-08633-9. — URL:<https://book.ru/book/940372> (дата обращения: 29.01.2022). — Текст : электронный.

Дополнительные источники

1. Официальный сайт МЧС РФ. Режим доступа: <http://www.mchs.gov.ru>.
2. Энциклопедия безопасности жизнедеятельности. Режим доступа: <http://bzhde.ru>.