Государственное автономное образовательное учреждение

высшего образования Ленинградской области

«Ленинградский государственный университет имени А.С. Пушкина»

 УТВЕРЖДАЮ

 Проректор по учебно-методической работе

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.Н. Большаков

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММа**

учебной дисциплины БД.04 Основы безопасности жизнедеятельности

по специальности среднего профессионального образования

49.02.01 Физическая культура

**(общеобразовательная подготовка)**

Санкт-Петербург

2022

Рабочая программа учебной дисциплины БД.04 Основы безопасности жизнедеятельности разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования от 11.08.2014г. (Приказ Минобрнауки России №976) по специальности среднего профессионального образовани 49.02.01 Физическая культура

Организация-разработчик: ГАОУ ВО ЛО «ЛГУ им. А.С. Пушкина»

Разработчик: Кораблев Евгений Васильевич, преподаватель ГАОУ ВО ЛО «ЛГУ им. А.С. Пушкина»

Рассмотрено на заседании ПЦК общеобразовательных дисциплин, дисциплин социально-экономического и естественно-научного циклов

Протокол № 1 от «31» августа 2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ:

1. Пояснительная записка………………………………………...…….......……..4

2. Общая характеристика учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»…………………………………………………………..……6

3. Место учебной дисциплины в учебном плане……………………………........7

4.[Результаты освоения учебной дисицплины……………….…………..........](#bookmark8)......8

5.Содержание учебной дисциплины…………………………………………......10

6.Тематическое планирование…………………………………………….……...16

7.Характеристика основных видов учебной деятельности студентов………...20

8.Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности»……….........22

9.Информационное обеспечение обучения………………………………………24

10. Материалы для проведения промежуточной аттестации студентов………..25

1. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа общеобразовательной учебной дисциплины БД.04 «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях СПО, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена.

Программа разработана на основе требований Федерального образовательного стандарта (далее - ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее - СПО), в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Министерства образования науки России от 17.03.2015 № 06-259) и на основании примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций М: Издательский центр «Академия», 2015 г., рекомендованной ФГАУ «ФИРО».

Обучение по учебной дисциплине ведется на русском языке.

При реализации программы учебной дисциплины методы и средства обучения и воспитания, образовательные технологии, не могут наносить вред физическому или психическому здоровью обучающихся.

Содержание программы «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих целей:

* повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
* снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
* формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
* обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

Воспитание обучающихся при освоении учебной дисциплины осуществляется на основе включаемых в образовательную    программу    рабочей программы воспитания и    календарного плана воспитательной работы на текущий учебный год.

Воспитательная деятельность, направлена на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства  патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

**2.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

В современных условиях глобализации развития мировой экономики, усложнения, интенсификации и увеличения напряженности профессиональной деятельности специалистов существенно возрастает общественно-производственное значение состояния здоровья каждого человека. Здоровье становится приоритетной социальной ценностью. В связи с этим исключительную важность приобретает высокая профессиональная подготовка специалистов различного профиля к принятию решений и действиям по предупреждению чрезвычайных ситуаций (ЧС), а при их возникновении — к проведению соответствующих мероприятий по ликвидации их негативных последствий, и прежде всего к оказанию первой помощи пострадавшим.

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучает риски производственной, природной, социальной, бытовой, городской и других сред обитания человека как в условиях повседневной жизни, так и при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного, природного и социального характера. Данная дисциплина является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности.

Основными содержательными темами программы являются: введение в дисциплину, обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья, государственная система обеспечения безопасности населения, основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний.

Действующее законодательство предусматривает обязательную подготовку по основам военной службы для лиц мужского пола, которая должна проводиться во всех профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования. В связи с этим программой предусмотрено проведение в конце учебного года для обучающихся мужского пола пятидневных учебных сборов (35 часов), сочетающих разнообразные формы организации теоретических и практических занятий. В итоге у юношей формируется адекватное представление о военной службе, развиваются качества личности, необходимые для ее прохождения.

Для девушек в программе предусмотрен раздел «Основы медицинских знаний». В процессе его изучения формируются знания в области медицины, умения оказывать первую медицинскую помощь при различных травмах. Девушки получают сведения о здоровом образе жизни, основных средствах планирования семьи, ухода за младенцем, поддержании в семье духовности, комфортного психологического климата.

Изучение общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации студентов в процессе освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС, ППССЗ).

**3. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Учебная дисциплина БД.04 «Основы безопасности жизнедеятельности» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

В профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС, ППССЗ).

В учебных планах ППКРС, ППССЗ место учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» — в составе общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей.

**4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Освоение содержания учебной дисциплины БД.04 «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих результатов:

* *личностных***,** включающим готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, правосознание, экологическую культуру, способность ставить цели и строить жизненные планы, способность к осознанию российской гражданской идентичности в поликультурном социуме;
* *метапредметных***,** включающим освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные), способность их использования в познавательной и социальной практике, самостоятельность в планировании и осуществлении учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, способность к построению индивидуальной образовательной траектории, владение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;
* *предметных*, включающим 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 защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора; знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности; знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.); знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники; умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;) 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; знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе; владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

**5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Теоретический материал** | 26 часов |
| **Практические занятия** | 13 часов |
| **Самостоятельная работа** | 14 часов |
| **Консультации** | 2 часа |

**Введение**

Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО.

1. **Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья**
	1. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.
	2. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.
	3. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.
	4. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

Практические занятия

Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

Изучение первичных средств пожаротушения.

Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.

1. **Государственная система обеспечения безопасности населения**
	1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
	2. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).
	3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
	4. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.
	5. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.
	6. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.
	7. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.
	8. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.
	9. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.
	10. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

**Практические занятия**

Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

Изучение первичных средств пожаротушения.

Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.

1. **Основы обороны государства и воинская обязанность**
	1. История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.
	2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение.
	3. Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.
	4. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.
	5. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.
	6. Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.
	7. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.
	8. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.
	9. Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.
	10. Как стать офицером Российской армии. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.
	11. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества. Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России — дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.
	12. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

Практические занятия

Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.

Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.

1. **Основы медицинских знаний**
	1. Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».
	2. Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.
	3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.
	4. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.
	5. Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.
	6. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.
	7. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.
	8. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.
	9. Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.
	10. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.

Практические занятия

Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.

Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания не прямого массажа сердца.

**6. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | **Объем часов**  |
| Максимальная учебная нагрузка (всего) | 55 |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)  | *39* |
| в том числе: |  |
| Теоретический материал | 26 |
| Практическая работа | 13 |
|  контрольные работы |  |
| Самостоятельная работа обучающегося (всего) | 14 |
| Консультации | 2 |
| Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета во 2 семестре |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование раздела, темы.** | **Максимальная нагрузка** | **Всего****Часов** | **Лекц.****зан.** | **Лабор.****практ.****зан.** | **Самост.****работа** |
|  | **55** | **39** | **26** | **13** | **14** |
| ***1 семестр*** | **19** | **17** | **10** | **7** | **2** |
| ***Раздел 1.******Основы комплексной безопасности.*** | 7 | 5 | 4 | 1 | 2 |
| ***Тема 1.******Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.*** | 7 | 5 | 4 | 1 | 2 |
| 1.Пожараная безопасность. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 2.Правила личной безопасности на пожаре. | 1 | 1 |  | 1 |  |
| 3. Обеспечение личной безопасности на дорогах. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| 4.Личная безопасность в условиях чс природного характера | 2 | 1 | 1 | - | 1 |
| 5.Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта | 2 | 1 | 1 |  | 1 |
| ***Раздел 2.******Основы здорового образа жизни.*** | 5 | 5 | 5 | - |  |
| ***Тема 2.******Здоровый образ жизни и его составляющие.*** | 5 | 5 | 5 | - |  |
| 6.Здоровый образ жизни. | 1 | 1 | 1 | - |  |
| 7. Правила личной гигиены. | 1 | 1 | 1 | - |  |
| 8.Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. | 1 | 1 | 1 | - |  |
| 9.Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. | 1 | 1 | 1 | - |  |
| 10. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. | 1 | 1 | 1 | - |  |
| ***Раздел 3.******Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.*** | 20 | 18 | 6 | 12 | 2 |
| ***Тема 3.******Первая помощь при неотложных состояниях.*** | 20 | 18 | 6 | 12 | 2 |
| 11.Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. | 1 | 1 | - | 1 |  |
| 12.Первая помощь при ранениях. | 1 | 1 | - | 1 |  |
| 13.Правила наложения повязок. | 1 | 1 | - | 1 |  |
| 14.Способы транспортировки пострадавших. | 1 | 1 | - | 1 |  |
| 15.Кровотечения, способы остановки. | 1 | 1 | - | 1 |  |
| 16.Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. | 1 | 1 | - | 1 |  |
| 17.Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота. | 1 | 1 | 1 | - |  |
| ***2 семестр*** | **36** | **22** | **16** | **6** | **12+2** |
| 18.Первая помощь при травмах в области таза и позвоночника. | 2 | 1 | - | 1 | 1 |
| 19.Первая помощь при остановке сердца. | 2 | 1 | 1 | - | 1 |
| 20.Порядок выполнения реанимационных мероприятий по рекомендациям Европейского Реанимационного Совета 2005г. | 1 | 1 | - | 1 |  |
| 21. Первая помощь при поражении электрическим током и утоплении. | 1 | 1 | - | 1 |  |
| 22. Первая помощь при обструкции дыхательных путей инородными телами. | 1 | 1 | 1 | - |  |
| 23.Первая помощь при переохлаждении. | 1 | 1 | - | 1 |  |
| 24.Первая помощь при гипертермии. | 1 | 1 | 1 | - |  |
| 25.Первая помощь при ожогах. | 1 | 1 | 1 | - |  |
| 26. Первая помощь при отравлениях. | 1 | 1 | - | 1 |  |
| 27. Первая помощь при эпилепсии. | 1 | 1 | 1 | - |  |
| 28. Синдром длительного сдавливания. | 1 | 1 | - | 1 |  |
| ***Раздел 4.******Основы обороны государства.*** | 21 | 11 | 11 | - | 10 |
| ***Тема 9.******Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.*** | 8 | 4 | 4 | - | 4 |
| 29.Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. | 2 | 1 | 1 | - | 1 |
| 30. Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. | 2 | 1 | 1 | - | 1 |
| 31. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. | 2 | 1 | 1 | - | 1 |
| 32. Средство индивидуальной защиты. | 2 | 1 | 1 |  | 1 |
| ***Тема 10.******Вооруженные силы Российской Федерации – защитники нашего отечества.*** | 4 | 2 | 2 |  | **2** |
| 33.История создания Вооружённых Сил Российской Федерации.  | 2 | 1 | 1 |  | 1 |
| 34. Состав Вооружённых Сил Российской Федерации. | 2 | 1 | 1 |  | 1 |
| ***Тема 12.******Символы воинской чести.*** | 6 | 3 | 3 |  | 3 |
| 35.Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, достоинства и славы. | 2 | 1 | 1 |  | 1 |
| 36.Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. | 2 | 1 | 1 |  | 1 |
| 37.Военная форма одежды, знаки различия военнослужащих. | 2 | 1 | 1 |  | 1 |
| ***Раздел 5.******Основы военной службы.*** | 3 | 2 | 2 |  | 1 |
| ***Тема 13.******Особенности военной службы.*** | 3 | 2 | 2 |  | 1 |
| 38.Правовые основы военной службы. | 2 | 1 | 1 |  | 1 |
| 39. Военные аспекты международного права. | 1 | 1 | 1 |  |  |
| Консультация. | 2 | 2 |  |  |  |
| Дифференцированный зачет | 1 | 1 |  |  |  |
| Всего часов: | 55 | 39 | 26 | 13 | 14 |

**7. ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание обучения** | **Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)** |
| Введение | Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности.Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите |
| 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения | Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни.Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха.Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя. Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам.Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения.Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека.Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья |
| 2. Государственная система обеспечения безопасности населения | Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности |
| 3. Основы обороны государства и воинская обязанность | Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России. |

**8.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕИ**

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Реализация программы дисциплины предусматривает наличие кабинета *(Кабинет безопасности жизнедеятельности- Ауд. № 315).*

Укомплектован:

компьютер преподавателя, мультимедийный проектор, экран, маркерная доска, столы и стулья обучающихся, стол и стул преподавателя, наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, комплекты медицинского имущества для оказания первой доврачебной помощи.

Windows 10 x64 "Подписка: Microsoft Imagine Premium

Идентификатор подписки: 61b01ca9-5847-4b61-9246-e77916134874

Акт предоставления прав №Tr043209 от 06.09.2016"

Microsoft Office 2016 Лицензионный договор №159 на передачу не исключительных прав на программы для ЭВМ от 27 июля 2018 г.

компьютеры для обучающихся с подключением к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду, мультимедийный проектор, маркерная доска, столы и стулья обучающихся, стол и стул преподавателя

Windows 10 x64 "Подписка: Microsoft Imagine Premium

Идентификатор подписки: 61b01ca9-5847-4b61-9246-e77916134874

Акт предоставления прав №Tr043209 от 06.09.2016"

ОС "Альт Образование 8" Лицензия №AAO.0018.00

Microsoft Office 2016 Лицензионный договор №159 на передачу не исключительных прав на программы для ЭВМ от 27 июля 2018 г.

GIMP GNU General Public License (Универсальная общественная лицензия GNU)

HaoZip GNU General Public License (Универсальная общественная лицензия GNU)

Audacity GNU General Public License (Универсальная общественная лицензия GNU)

Firefox GNU General Public License (Универсальная общественная лицензия GNU)

Microsoft Access "Подписка: Microsoft Imagine Premium

Идентификатор подписки: 61b01ca9-5847-4b61-9246-e77916134874

Акт предоставления прав №Tr043209 от 06.09.2016"

Pascal ABC Net GNU General Public License (Универсальная общественная лицензия GNU)

Lazarus GNU General Public License (Универсальная общественная лицензия GNU)

XAMPP GNU General Public License (Универсальная общественная лицензия GNU)

LibreOffice GNU General Public License (Универсальная общественная лицензия GNU)

Microsoft Publisher "Подписка: Microsoft Imagine Premium

Идентификатор подписки: 61b01ca9-5847-4b61-9246-e77916134874

Акт предоставления прав №Tr043209 от 06.09.2016"

Notepad++ GNU General Public License (Универсальная общественная лицензия GNU)

Avidemux GNU General Public License (Универсальная общественная лицензия GNU)

Microsoft Visio "Подписка: Microsoft Imagine Premium

Идентификатор подписки: 61b01ca9-5847-4b61-9246-e77916134874

Акт предоставления прав №Tr043209 от 06.09.2016"

Microsoft Visual Studio "Подписка: Microsoft Imagine Premium

Идентификатор подписки: 61b01ca9-5847-4b61-9246-e77916134874

Акт предоставления прав №Tr043209 от 06.09.2016"

SWI-Prolog GNU General Public License (Универсальная общественная лицензия GNU)

Python 3.4 GNU General Public License (Универсальная общественная лицензия GNU)

Scilab-5.5.0 GNU General Public License (Универсальная общественная лицензия GNU)

ЛогоМиры 3.0 Акт предоставления прав №Tr059247 от 20.07.2018

ГИС "Панорама" Лицензионный договор № Л-173/17; Лицензионный договор № Л-211/17; Лицензионный договор № Л-66/18; Лицензионный договор № Л-116/18;

Lite PMS Лицензионный договор № 1011 от 09.04.2018

Система автоматизации гостиниц "Эдельвейс" Лицензионный договор № 40-497 от 17.04.2018

Онлайн система - ERP.travel Лицензионный договор № 2606 от 26.06.2018

Программа для ЭВМ Кукарача Договор № Tr000260415 от 13 июня 2018

**9.Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине использованы:

**Рекомендуемая литература**

**Основная литература:**

1. Смирнов, А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности 10 кл.: учебник: базовый уровень/ Смирнов А.Т., Хренников Б.О.; под ред. Смирнова А.Т. – М.: Просвещение, 2018. – 367 с.
2. Смирнов, А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности 11 кл.: учебник: базовый уровень/ Смирнов А.Т., Хренников Б.О.; под ред. Смирнова А.Т. – М.: Просвещение, 2018. – 336 с.

**Дополнительная литература:**

1. Алексеев, В. С. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие для СПО / В. С. Алексеев, О. И. Жидкова, И. В. Ткаченко. — Электрон. текстовые данные. — Саратов : Научная книга, 2019. — 159 c. - ЭБС «IPRbooks».
2. Безопасность жизнедеятельности: учебник для СПО/ Арустамов Э.А., Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Гуськов Г.В.. - М.: Академия, 2017. – 176 с.
3. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб.пособие для СПО / Я. Д. Вишняков и др.; под общ. ред. Я. Д. Вишнякова. — М.: Юрайт, 2018. — 249 с. - ЭБС «ЮРАЙТ».
4. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для СПО / С. В. Абрамова и др.; под общ.ред. В. П. Соломина. — М.: Юрайт, 2021. — 399 с. - ЭБС «ЮРАЙТ».
5. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для СПО / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2021. — 313 с. - ЭБС «ЮРАЙТ».
6. Никифоров Л.Л. Безопасность жизнедеятельности: учеб. пособие / Л.Л. Никифоров, В.В. Персиянов. — М.: Дашков и К, 2015. — 494 c. - ЭБС «IPRbooks».
7. Общевоинские уставы Вооруженных сил Российской Федерации. – Ростов н/Д: Феникс, 2016. – 713 с.
8. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — М. : Юрайт, 2021. — 639 с. - ЭБС «ЮРАЙТ».

**10.МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ СТУДЕНТОВ**

Завершается изучение дисциплины ***дифференцированным зачетом.***

**Вариант 1.**

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

а) несвоевременная регистрация туристической группы перед выходом на маршрут, отсутствие средств связи;

б) потеря ориентировки на местности во время по­хода, авария транспортных средств, крупный лесной пожар;

в) потеря части продуктов питания, потеря ком­паса.

2. Готовясь к походу, вам необходимо правильно подобрать одежду. Каким ниже перечисленным тре­бованиям она должна соответствовать:

а) одежда должна быть свободной, чистой и сухой, носиться в несколько слоев;

б) одежда должна быть из синтетических мате­риалов;

в) одежда должна быть из однотонного или камуф­лированного материала, чистой и сухой.

3. Что запрещается делать при разведении ко­стра:

а) использовать для костра сухостой;

б) разводить костер возле источников воды;

в) разводить костер на торфяных болотах;

г) использовать для костра сухую траву;

 д) оставлять дежурить возле костра менее 3 че­ловек.

4. Опасными местами в любое время суток могут быть:

 а) подворотни, заброшенные дома, задние дворы, пустыри, пустующие стройплощадки;

 б) парикмахерские, ремонтные мастерские, любые магазины, банки, кафе, бары;

 в) отделение милиции, пожарная часть, почта, больница, поликлиника, видеотека.

5. К преступлениям небольшой тяжести относятся:

а) неумышленные деяния, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголов­ным кодексом, не превышает одного года лишения свободы;

б) умышленные деяния, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголовным кодексом, не превышает трех лет лишения свободы;

в) умышленные и неумышленные деяния, за со­вершение которых максимальное наказание, преду­смотренное Уголовным кодексом, не превышает двух лет лишения свободы.

6. Что такое землетрясение:

 а) область возникновения подземного удара;

 б) подземные удары и колебания поверхности Земли;

 в) проекция центра очага землетрясения на зем­ную поверхность.

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

 а) позвоните родителям на работу, чтобы предупредить о происшествии и договориться о месте встречи;

 б) займете место в дверном проеме;

 в) закроете окна и двери, перейдете в подвальное помещение или защитное сооружение.

8. Наиболее безопасные места при сходе оползней, селей, обвалов, лавин:

а) возвышенности, расположенные с противопо­ложной стороны селеопасного направления, склоны

гор и возвышенностей, не расположенные к оползне­вому процессу;

б) склоны гор, где оползневые процессы не очень интенсивны, ущелья и выемки между горами;

в) долины между горами с селе и лавиноопасными участками, большие деревья с толстыми стволами, большие камни, за которыми можно укрыться.

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

 а) выйти из дома и укрыться под ближайшим боль­шим деревом;

 б) закрыть все окна и двери;

 в) включить телевизор, радио и выслушать реко­мендации.

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

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

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

 в) станет резко подниматься.

11. Неконтролируемое горение растительности, стихийно распространяющееся по лесной террито­рии, - это:

 а) лесной пожар;

 б) стихийный пожар;

 в) природный пожар.

12. Причиной взрывов на промышленных пред­приятиях может быть:

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

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

в) несвоевременное проведение ремонтных работ, повышение температуры и давления внутри произ­водственного оборудования.

13. Территория или акватория, в пределах которой распространены или куда принесены опасные химиче­ские вещества в концентрациях и количествах, создаю­щих опасность для жизни и здоровья людей, животных и растений в течение определенного времени, - это:

 а) территория заражения; .

б) очаг химического заражения;

в) область химического заражения;

г) зона химического заражения.

14. При оповещении об аварии на радиационно-опасном объекте необходимо действовать в следую­щей последовательности:

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

б) включить радио и выслушать сообщение, вы­ключить газ, электричество, взять необходимые про­дукты питания, вещи и документы, надеть средства индивидуальной защиты, вывесить на двери таблич­ку «В квартире жильцов нет» и следовать на сборный эвакуационный пункт;

в) включить радио и выслушать сообщение, осво­бодить от продуктов питания холодильник, выклю­чить газ, электричество, погасить огонь в печи, взять необходимые продукты питания, вещи и документы, надеть средства индивидуальной защиты и следовать на сборный эвакуационный пункт:

15. РСЧС создана с целью:

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

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

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

16. Комиссия по чрезвычайным ситуациям органа местного самоуправления является координирующим органом РСЧС на:

 а) региональном уровне;

 б) федеральном уровне;

 в) объектовом уровне;

 г) местном уровне;

 д) территориальном уровне.

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

 а) при органах внутренних дел субъектов Россий­ской Федерации;

 б) при органах исполнительной власти субъектов Российской Федерации;

 в) при военных округах на территории Российской Федерации.

18. Ядерное оружие - это:

а) высокоточное наступательное оружие, основан­ное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землей (под водой);

б) оружие массового поражения взрывного дейст­вия, основанное на использовании светового излуче­ния за счет возникающего при взрыве большого пото­ка лучистой энергии, включающей ультрафиолето­вые, видимые и инфракрасные лучи;

в) оружие массового поражения взрывного дейст­вия, основанное на использовании внутри ядерной энергии.

19. Под влиянием ионизации в организме чело­века возникают биологические процессы, приво­дящие:

 а) к нарушению жизненных функций отдельных органов и развитию лучевой болезни.;

 б) к нарушениям деятельности центральной нерв­ной системы и опорно-двигательного аппарата;

 в) к нарушениям деятельности сердечно-сосудис­той системы и ухудшению зрения.

20. Какими путями отравляющие вещества (ОБ) проникают в организм человека:

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

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

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

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

 а) от всех поражающих факторов ядерного взрыва;

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

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

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

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

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

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

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

23. В развитии инфекционного заболевания про­слеживаются несколько последовательно сменяю­щихся периодов. Что это за периоды? Выберите пра­вильный ответ:

а) начальный период, период инфицирования, опас­ный период, пассивный период, заключительный пе­риод;

б) предынкубационный период, острое развитие болезни, пассивный период, выздоровление;

в) скрытый (инкубационный) период, начало заболе­вания, активное проявление болезни, выздоровление.

24. 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.

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

а) наложение давящей повязки;

б) пальцевое прижатие;

в) наложение жгута;

г) максимальное сгибание конечности.

26. Найдите ошибку, допущенную при перечисле­нии назначения повязки:

а) повязка предохраняет рану от воздействия воз­душной среды:

б) повязка предохраняет рану от загрязнения;

в) повязка закрывает рану;

г) повязка уменьшает боль.

27. При оказании первой помощи в случае перелома запрещается:

а) проводить иммобилизацию поврежденных ко­нечностей;

б) вставлять на место обломки костей и вправлять на место вышедшую кость;

в) останавливать кровотечение.

28. Какие из причин могут вызвать травму позво­ночника:

а) удар твердым предметом по пальцам ног;

б) потоп;

в) выпадение радиоактивных веществ;

г) удар электрическим током.

29. Определите правильность и последователь­ность оказания первой медицинской помощи постра­давшему при переломе грудины и закрытом пневмо­тораксе:

а) если есть возможность, дать пострадавшему кис­лород, вызвать «скорую помощь», держать позвоноч­ник в неподвижном состоянии, дать пострадавшему успокаивающее средство;

б) дать пострадавшему успокаивающее средство, поддерживать необходимую температуру тела постра­давшего, на грудину положить холод, вызвать «скорую помощь»;

в) дать пострадавшему обезболивающее средство, придать ему возвышенное положение с приподнятым изголовьем, если есть возможность, дать кислород, срочно вызвать «скорую помощь».

30. Каковы правильные действия по нанесению прекардиального удара в области грудины:

а) прекардиальный удар, короткий и достаточно резкий, наносится в точку, расположенную на груди­не выше мечевидного отростка на 2-3см, локоть ру­ки, наносящей удар, должен быть направлен вдоль тела пострадавшего, сразу после удара выяснить­ возобновилась ли работа сердца;

б) прекардиальный удар наносится ладонью в точ­ку, расположенную на грудине выше мечевидного от­ростка на 2-3см и на 2 см влево от центра грудины, локоть руки, наносящей удар, должен быть направ­лен поперек тела пострадавшего, удар должен быть скользящим;

в) црекардиальный удар наносится ребром сжатой в кулак ладони в точку, расположенную на грудине выше мечевидного отростка на 2-3см и на 2см влево от центра грудины, после первого удара сделать вто­рой удар.

31. Режим жизнедеятельности человека - это:

а) система деятельности человека в быту и на про­изводстве;

б) установленный порядок работы, отдыха, пита­ния и сна;

в) индивидуальная форма существования человека в условиях среды обитания.

32. Причинами переутомления являются:

а) продолжительный сон и продолжительный ак­тивный отдых;

б) неправильная организация труда и чрезмерная учебная нагрузка;

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

33. Основными средствами развития силы мышц являются упражнения:

а) с внешним сопротивлением;

б) с выполнением наклонов и махов;

в) требующие высокой скорости.

34. Какие продукты питания способствуют здо­ровью зубов:

а) кондитерские, макаронные и мясные изделия;

б) жирная пища;

в) овощи, богатые клетчаткой и кальцием.

35. Для обеспечения совместимости с другими людьми требуются три основных качества характера:

а) способность критически относиться к себе, тер­пимость, доверие;

б) доброжелательность, понимание, красноречие;

в) волевые качества, темперамент, настойчивость.

36. Брак может быть расторгнут:

а) по заявлению одного из супругов или их ближайших родственников;

б) по заявлению обоих супругов или по просьбе од­ного из них;

в) по заявлению или при просьбе совершеннолетних де­тей супругов.

37. Генитальный герпес и генитальные бородавки (кондиломы) одинаково поражают как мужчин, так и женщин могут стать причиной:

а) рака, Выкидыша, преждевременных родов или рождения мертвого ребенка;

б) бесплодия, острых инфекционных заболеваний пищеварительной системы, гастрита;

в) инвалидности, поражения нижних конечностей, нарушения функции мочеиспускательной системы.

38. Образование раковых опухолей у курильщиков вызывают:

а) цианистый водород, содержащийся в табаке; б) никотин;

в) эфирные масла, содержащиеся в табаке;

г) радиоактивные вещества, содержащиеся в та­баке.

39. Признакам и алкогольного отравления являются:

а) головокружение, тошнота и рвота, уменьшение сердечных сокращений и понижение артериального давления, возбуждение или депрессивное состояние;

б) пожелтение кожи, ухудшение слуха, отсутствие реакции зрачков на свет, улучшение аппетита, сни­жение иммунитета;

в) отсутствие речи, повышение температуры тела и артериального давления.

40. 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, одно из важнейших орудий политической власти.

41. Военно-Морской Флот - это:

а) вид вооруженных сил, который предназначен для нанесения ударов по промышленно экономиче­ским районам (центрам), важным военным объектам противника и разгрома его военно-морских сил;

б) род войск, обеспечивающий выполнение боевых задач по разгрому военно-морских сил противника;

в) вид войск, обеспечивающий решение стратеги­ческих и локальных боевых задач с применением спе­циальной военной техники и вооружения.

42. 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.

43. Боевые традиции - это:

а) определенные правила и требования к несению службы и выполнению боевых задач;

б) 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;

в) специальные нормы, предъявляемые к психоло­гическим и нравственным качествам военнослужа­щего в период прохождения воинской службы.

44. 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.

45. Из приведенного перечня наград выберите те, которые являются государственными наградами Рос­сийской Федерации:

а) звание Героя Российской Федерации, ордена, медали, ведомственные знаки отличия Российской

Федерации, почетные звания Российской Феде­рации;

б) звание Героя Российской Федерации, ордена, медали, знаки отличия Российской Федерации, на­градные знаки Министерства обороны Российской Федерации;

в) звание Героя Российской Федерации, ордена, медали, знаки отличия Российской Федерации, по­

четные звания Российской Федерации.

46. Под воинской обязанностью понимается:

а) прохождение военной службы в мирное и воен­ное время, самостоятельная подготовка к службе вооруженных Силах;

б) 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;

в) долг граждан нести службу в Вооруженных Си­лах только в период военного положения и в военное время.

47. Комиссия по постановке граждан на воинский учет утверждается главой органа местного самоуп­равления (местной администрации) в следующем со­ставе:

а) военный комиссар района (города) либо, замести­тель военного комиссара, специалист по професси­ональному психологическому отбору, секретарь ко­миссии, врачи-специалисты;

б) представитель командования военного округа, представитель органа местного самоуправления, вра­чи специалисты;

в) военный комиссар района (города), руководи­тель (заместитель руководителя) органа внутренних дел, секретарь комиссии, врачи (хирург, терапевт, невропатолог);

48.3аключение по результатам освидетельствова­ния категории «Б» означает: ­

 а) годен к военной службе с незначительными ог­раничениями;

 б) временно не годен к военной службе;

 в) ограниченно годен к военной службе.

49. 3апас Вооруженных Сил Российской Федера­ции предназначен:

 а) для развертывания в военное время народного ополчения;

 б) для создания резерва дефицитных военных спе­циалистов;

 в) для развертывания армии при мобилизации и ее пополнения во время войны. ­

50. В связи с выполнением обязанностей военной службы гражданам предоставляются определенные преимущества, которые называются льготами. Это льготы: ­

а) по налогам и сборам, жилищные льготы, льготы по отдельным вопросам брачного семейного законода­тельства, льготы в области здравоохранения, в облас­ти образования, по перевозкам, льготы за службу в отдаленных местностях, за выполнение задач при во­оруженных конфликтах;

б) по налогам и сборам, жилищные льготы, льготы в области здравоохранения, в области образования и культуры, по перевозкам за службу в отдаленных местностях, за выполнение задач при вооруженных конфликтах;

в) за службу в отдаленных местностях, льготы за выполнение задач при вооруженных конфликтах, в области здравоохранения, в области образования и культуры, жилищные льготы, льготы по налогам, в области материальной и уголовной ответственности, по перевозкам.

51. Общие правила и обязанности военнослужа­щих, взаимоотношения между ними, обязанности ос­новных должностных лиц полка и его подразделений, а также правила внутреннего распорядка определяет:

 а) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации;

 б) Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации;

 в) Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Рос­сийской Федерации.

52. Из приведенных ниже ответов определите, кто освобождается от призыва на военную службу:

а) имеющие ребенка, воспитываемого без матери, имеющие двух или более детей, имеющие ребенка в возрасте до 3 лет, мать которых, кроме них, имеет двух и более детей в возрасте до8 лет или инвалида с детства и воспитывает и без мужа (жены);

б) признанные не годными или ограниченно годны­ми к военной службе по состоянию здоровья, проходя­щие или прошедшие военную или альтернативную гражданскую службу в Российской Федерации, про­шедшие военную службу в другом государстве, имею­щие ученую степень кандидата или доктора наук;

в) граждане, достигшие возраста 18 лет и не со­стоящие на воинском учете, не прошедшие медицин­ское освидетельствование в полном объеме и в уста­новленные сроки, граждане, временно пребывающие за границей.

53. Окончанием военной службы считается день:

 а) в который истек срок военной службы;

 б) подписания приказа об, увольнении с военной службы;

 в) передачи личного оружия другому военнослу­жащему.

54. Какую ответственность несут военнослужащие за проступки, связанные с нарушением воинской дис­циплины, норм морали и воинской чести:

 а) административную;

 б) уголовную;

 в) дисциплинарную.

55. Вид правовой (юридической) ответственности военнослужащих, под которой понимается установ­ленная для них компетентными государственными органами обязанность возмещения в денежной форме в предусмотренных случаях и размерах причиненно­го ими материального ущерба государству, - это:

 а) материальная ответственность военнослужа­щих;

 б) дисциплинарная ответственность военнослужа­щих;

 в) административная ответственность военнослу­жащих.

56. Современная воинская деятельность может быть условно разделена на три основных вида:

 а) в мирное время, в военное время, деятельность после военных действий;

 б) боевая, учебно-боевая, повседневная;

 в) учебная, строевая, боевая.

57. Кто в соответствии с законодательством Рос­сийской Федерации уполномочен вести переговоры и подписывать международные договоры об участии Российских Вооруженных Сил в операциях по поддержанию мира и международной безопасности:

 а) Президент Российской Федерации;

 б) министр обороны Российской Федерации;

 в) секретарь Совета Безопасности Российской Фе­дерации.

58. В качестве знака, обозначающего желание вою­ющей стороны эвакуировать раненых и потерпевших кораблекрушение, а также гражданских лиц из зоны

боевых действий используется знак:

 а) белый квадрат с красной полосой;

 б) синий равносторонний треугольник на оранже­вом фоне;

 в) белый флаг;

 г) красный крест или красный полумесяц на белом фоне.

59. Гангутское сражение в ходе Северной войны между русским и шведским флотами произошло:

а) в 1714г. севернее полуострова Ханко;

б) в 1853г. у мыса Синоп;

в) в 1709г. У мыса Гангут.

60. Русская эскадра под командованием Ф. Ф. Уша­кова нанесла поражение превосходящей по численнос­ти турецкой эскадре у мыса Тендра:

 а) в 1853г.;

 б) в I709г.;

 в) в 1790г.

**Вариант 2.**

1. Какая задача при подготовке и проведении ту­ристского похода является главной:

а) обеспечение безопасности;

б) выполнение целей и задач похода;

в) полное прохождение маршрута.

2. В солнечный полдень тень указывает направле­ние на:

а) восток;

б) юг;

в) запад;

г) север.

3. Каким должно быть место разведения костра:

а) место разведения костра должно быть не далее 10 метров от водного источника;

б) место разведения костра необходимо очистить от травы, листьев, неглубокого снега;

в) в ненастную погоду надо разводить костер под деревом, крона которого должна превышать основа­ние костра на 6 метров.

4. Каким из ниже перечисленных правил вы вос­пользуетесь, возвращаясь вечером домой:

а) идти по освещенному тротуару и как можно бли­же к краю дороги;

б) идти кратчайшим путем, пролегающим через дворы, свалки и плохо освещенные места;

в) воспользуетесь попутным транспортом.

5. К преступлениям средней тяжести относятся:

а) умышленные действия, за совершения которых максимальное наказание, предусмотренное Уголов­ным кодексом, не превышает четырех лет лишения свободы;

б) неосторожные действия, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголов­ным кодексом, не превышает трех лет лишения сво­боды;

в) умышленные и неосторожные действия, за со­вершение которых максимальное наказание, преду­смотренное Уголовным кодексом, не превышает пяти лет лишения свободы.

6. Причиной землетрясений может стать:

а) волновые колебания в скальных породах;

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

в) строительство очистных сооружений в зонах тектонических разломов.

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

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

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

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

8. Находясь дома в селеопасном районе, вы услы­шали по радио сообщение об угрозе схода селя. У вас в запасе 30 минут. Ваши действия:

а) выйдете из здания и направитесь в безопасное место, предупредите соседей об угрозе селя, будете выходить на склон горы, находящийся на селебезо­пасном направлении;

б) соберете все ценное имущество во дворе и укрое­те его в помещении, сами укроетесь в погребе;

в) плотно закроете вентиляционные и другие от­верстия, закроете все двери, окна, будете выходить на склон горы через ущелье или небольшую долину.

9. Лучшая защита от смерча:

а) будки на автобусных остановках;

б) мосты, большие деревья;

в) подвальные помещения, подземные сооруже­ния.

10. Одним из при знаков приближения цунами яв­ляется:

а) поведение животных, которые торопливо ухо­дят на склоны гор и возвышенности;

б) неожиданный ураган с выпадением обильных осадков;

в) резкое понижение или повышение температуры воздуха, сопровождающееся обильным таянием лед­ников в горных районах или сходом лавин.

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

а) оставаться на месте до приезда пожарных;

б) определить направление ветра и огня и быстро выходить из леса в наветренную сторону;

в) определить направление ветра и огня и быстро выходить из леса в подветренную сторону.

12. Процесс горения протекает при наличии:

а) возможности для теплообмена;

б) горючего вещества, окислителя и источника воспламенения;

в) горючего вещества и восстановителя.

13. Выходить из зоны химического заражения сле­дует:

а) навстречу потоку ветра;

б) по направлению ветра;

в) перпендикулярно направлению ветра.

14. При движении по зараженной радиоактивными веществами местности необходимо:

а) находиться в средствах индивидуальной защи­ты, избегать движения по высокой траве и кустарни­ку, без надобности не садиться и не прикасаться к местным предметам, не принимать пищу, не пить, не курить, не поднимать пыль и не ставить вещи на землю;

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

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

15. Территориальные подсистемы РСЧС создаются для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций:

а) в городах и районах;

б) в субъектах Российской Федерации в пределах их территорий;

в) в поселках и других населенных пунктах;

г) на промышленных объектах.

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

а) Федеральный закон «О гражданской обороне»;

б) Федеральный закон «Об обороне»;

в) Закон Российской Федерации «О безопасности»;

г) Федеральный закон «О защите населения и тер­риторий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

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

а) с началом объявления о мобилизации взрослого населения;

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

в) с момента объявления состояния войны, факти­ческого начала военных действий или введения Пре­зидентом Российской Федерации военного положе­ния на территории Российской Федерации или в от­дельных ее местностях.

18. 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.

19. Основными источниками радиоактивного зара­жения являются:

а) ядерные реакции, протекающие в боеприпасе в момент взрыва, и радиоактивный распад осколков (продуктов) деления в облаке взрыва;

б) продукты деления ядерного заряда и радиоак­тивные протоны, образующиеся в результате воздей­ствия нейтронов как на материалы, из которых изго­товлен ядерный боеприпас, так и на некоторые эле­менты, входящие в состав грунта в районе взрыва;

в) светящаяся область, образуемая раскаленными продуктами взрыва и нагретым воздухом.

20. Бактериологическое оружие - это:

а) специальные боеприпасы и боевые приборы, снаряжаемые биологическими средствами, предназ­наченными для массового поражения живой силы, сельскохозяйственных животных и посевов сельско­хозяйственных культур;

б) специальное оружие, применяемое длямассово­го поражения сельскохозяйственных животных и ис­точников воды;

в) оружие массового поражения людей на опреде­ленной территории. .

21. От каких поражающих факторов защищает противорадиационное укрытие:

а) от ударной волны, радиоактивного заражения и химического оружия; ­

б) от химического и бактериологического оружия;

в) от радиоактивного заражения.

22. 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.

23. В приведенной ниже цепочке способов переда­чи инфекции допущена ошибка. Найдите ее. В на­стоящее время известны следующие способы переда­чи инфекции:

а) фекально-оральный;

б) воздушно-капельный;

в) механический;

г) жидкостный;

д) переносчиками зоонозных инфекций;

е) контактный или контактно-бытовой.

24. Причинами инсульта могут быть:

а) пороки сердца, инфаркт миокарда, сильное пе­реутомление;

б) мозговое кровотечение, блокирование кровенос­ного сосуда сгустком крови;

в) обширные внутренние кровотечения, повреждение головного и спинного мозга.

25. Какой метод можно использовать для останов­ки кровотечения из сосудов кисти или предплечья? Выберите правильный вариант ответа:

а) поместить в локтевой сустав валик из скатанной материи, согнуть руку в локтевом суставе и зафикси­ровать предплечье к плечу;

б) максимально отвести плечи пострадавшего на­ зад и зафиксировать их за спиной широким бинтом;

в) согнуть руку в локтевом суставе и зафиксиро­вать предплечье к плечу.

26. Какова последовательность оказания первой медицинской помощи при ушибах:

а) на место ушиба наложить холод и тугую повяз­ку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение;

б) на место ушиба приложить теплую грелку, обес­печить покой пострадавшему и доставить его в меди­цинское учреждение;

в) на место ушиба нанести йодную сетку, обеспе­чить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение.

27. При иммобилизации бедра, плеча шина обяза­тельно должна захватывать:

а) два сустава (выше и ниже перелома);

б) три сустава;

в) два или три, в зависимости от наличия шин или подручных материалов.

28. Если у пострадавшего появились признаки травмы головы или позвоночника, нельзя до приезда «Скорой помощи»;

а) поддерживать проходимость дыхательных путей;

б) держать голову и позвоночник пострадавшего в неподвижном состоянии;

в) снимать одежду, переносить пострадавшего в постель, делать промывание желудка;

г) останавливать наружное кровотечение, поддер­живать нормальную температуру тела пострадав­шего.

29. Определите правильность и последователь­ность оказания первой медицинской помощи постра­давшему при повреждении живота с внутренним кро­вотечением:

а) дать пострадавшему обезболивающие таблетки, поддерживать проходимость дыхательных путей, вызвать «скорую помощь»;

б) пострадавшего уложить на носилки на спину, положить холод на живот, срочно доставить в лечеб­ное учреждение;

в) уложить пострадавшего в постель, дать успоко­ительное средство и немного холодного питья (вода, соки), вызвать «скорую помощь».

30. Пострадавшему необходимо сделать непрямой массаж сердца. Какова последовательность ваших действий:

а) положить пострадавшего на ровную твердую по­верхность, встать на колени с левой стороны от пост­радавшего параллельно его продольной оси, на об­ласть сердца положить разом две ладони, при этом пальцы рук должны быть разжаты, поочередно надавливать на грудину сначала правой, потом левой ладонью;

б) положить пострадавшего на ровную твердую по­верхность, встать на колени с левой стороны от пострадавшего параллельно его продольной оси, в точку проекции сердца на грудине положить ладони, паль­цы должны быть приподняты, большие пальцы долж­ны смотреть в разные стороны, давить на грудь толь­ко прямыми руками, используя вес тела, ладони не отрывать от грудины пострадавшего, каждое следую­щее движение производить после того, как грудная клетка вернется в исходное положение;

в) положить пострадавшего на кровать или на ди­ван и встать от него с левой стороны, в точку проек­ции сердца на грудине положить ладони, давить на грудину руками с полусогнутыми пальцами пооче­редно ритмично, через каждые 2-3 секунды.

31. Все продукты питания могут быть поделены на группы:

а) животного и растительного происхождения;

б) минеральные и искусственные;

в) мясные и молочные.

32. Гиподинамия - это:

а) физическое перенапряжение организма;

б) избыток движения;

в) Недостаток движения.

33. Дляразвития выносливости наиболее полезны:

а) ходьба, бег, лыжи, плавание;

б) силовые упражнения;

в) упражнения на растяжку мышц.

34. Из предложенных выберите тот ответ, который объясняет, почему волосы можно безболезненно пост­ригать:

а) при стрижке не затрагиваются луковицы волос;

б) клетки волос содержат пигмент, защищающий волосы, тем более при стрижке;

в) волосы лишены нервных окончаний.

35. В России официальным признается граждан­ский брак, который:

а) официально не зарегистрирован, но личные и имущественные отношения между мужчиной и жен­щиной продолжались не менее 3 лет;

б) зарегистрирован в органах записи актов граж­данского состояния;

в) зарегистрирован в территориальных органах внутренних дел по месту жительства мужа или жены.

36. Права и обязанности родителей и их детей оп­ределены:

а) Конституцией Российской Федерации;

б) Гражданским кодексом Российской Федерации;

в) Кодексом о браке и семье.

37. Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) - это болезнь, имеющая вирусную природу. Вирус СПИДа - это вирус иммунодефицита человека (БИЧ). Какое отрицательное воздействие БИЧ оказы­вает на организм человека:

а) поражает те клетки нашего организма, которые предназначены для борьбы с вирусной инфекцией, способной поражать клетки головного мозга, вызы­вая серьезные неврологические расстройства;

б) поражает центральную нервную систему, опор­но-двигательный аппарат и кровеносную систему че­ловека;

в) вызывает раковые заболевания различных орга­нов, поражает внутренние органы: легкие, печень, селезенку, поджелудочную железу, лимфатическую систему.

38. Пассивный курильщик - это человек:

а) находящийся в одном помещении с курильщи­ком;

б) выкуривающий до двух сигарет в день;

в) выкуривающий одну сигарету натощак.

39. Какова последовательность оказания первой помощи при алкогольном отравлении:

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

б) уложить пострадавшего на бок и очистить ему дыхательные пути, промыть желудок, положить на голову холодный компресс, дать пострадавшему по­нюхать ватку с нашатырным спиртом, вызвать «ско­рую помощь»;

в) уложить пострадавшего на бок, промыть желу­док, положить на голову холодный компресс, дать пост­радавшему понюхать ватку с нашатырным спиртом.

40. К видам Вооруженных Сил Российской Феде­ рации относятся:

а) Ракетные войска стратегического назначения, Сухопутные войска, Военно-Воздушные 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.

41. Воздушно-десантные войска - это:

а) вид вооруженных сил, предназначенный для боевых действий в тылу противника;

б) род войска, предназначенный для боевых действий в тылу противника;

в) вид войск, обеспечивающий выполнение боевых задач на территории, занятой противником, с приме­нением специальной военной техники.

42. Законом Российской Федерации «О безопасности» установлено, что безопасность - это:

а) условия, при которых постоянно сохраняется целостность и неприкосновенность территории госу­дарства;

б) такое состояние вооруженных сил, при котором исключаются любые агрессии со стороны других го­сударств;

в) состояние защищенности жизненно важных ин­тересов личности, общества и государства от внутрен­них и внешних угроз.

43. Совершение выдающихся по своему значению действий и требующих от человека (воина) личного мужества, стойкости, готовности к самопожертвова­нию - это:

а) героизм;

б) мужество;

в) воинская честь.

44. Воинский коллектив - это:

а) воинское подразделение одного рода войск, обес­печивающее выполнение поставленного перед ним боевого задания;

б) группа военнослужащих, объединенных сов­местным воинским трудом и общими интересами в во­енном деле;

в) подразделение военнослужащих, имеющих об­щие цели и задачи в мирное или военное время.

45. Воинские ритуалы - это:

а) торжественные мероприятия, совершаемые в повседневных условиях, Во время праздничных тор­жеств и других случаях;

б) торжественные мероприятия, совершаемые в во­инских подразделениях в праздничные дни;

в) установленные воинскими уставами церемонии, совершаемые военнослужащими при несении гарни­зонной и караульной служб.

46. Военная служба :исполняется гражданами:

а) только в Вооруженных Силах Российской Феде­рации;

б) в Вооруженных Силах Российской Федерации, пограничных войсках Федеральной пограничной службы Российской Федерация и войсках граждан­ской обороны;

в) в Вооруженных Силах Российской Федерации, других войсках, органах и формированиях.

47. 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.

48. 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.

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

а) до одного месяца, но не чаще одного раза в пять лет;

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

в) до трех месяцев, но не чаще одного раза в четыре года.

50. Уставы Вооруженных Сил Российской Федера­ции подразделяются на:

а) уставы родов войск и строевые;

б) тактические, стрелковые и общевоинские;

в) боевые и общевоинские.

51. Какой устав определяет предназначение, поря­док организации и несения гарнизонной и карауль­ной служб, права и обязанности должностных лиц гарнизона и военнослужащих, несущих эти службы, а также регламентирует проведение гарнизонных мероприятий с участием войск:

 а) Устав гарнизонной и караульной службы Воору­женных Сил Российской Федерации;

 б) Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации;

 в) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации.

52. Из приведенных ниже ответов определите, ко­му предоставляется отсрочка от призыва на военную службу:

а) отбывающим наказание в виде обязательных или исправительных работ, находящимся под арес­том или осужденным, находящимся в местах лише­ния свободы, имеющим неснятую или непогашенную судимость за совершение преступления, в отношении которых ведется следствие или уголовное дело пере­дано в суд;

б) временно не годным к военной службе по состо­янию здоровья, постоянно работающим в сельской местности врачам - на время этой работы, получаю­щим послевузовское образование и постоянно рабо­тающим на педагогических должностях в сельской местности - на время этой работы;

в) прошедшим альтернативную службу в РФ, имеющим детей в возрасте от 3 до 18 лет, проходя­щим государственную службу в органах местного са­моуправления.

53. Каким законодательным актом установлена система воинских званий для всех составов военно­служащих:

а) Законом Российской Федерации «О безопаснос­ти»;

б) Федеральным законом Российской Федерации «О статусе военнослужащих»;

в) Федеральным законом Российской Федерации «О воинской. обязанности и военной службе».

54. На военнослужащего, совершившего дисцип­линарное правонарушение, могут налагаться только те дисциплинарные взыскания, которые определе­ны:

а) в Дисциплинарном уставе Вооруженных Сил Российской Федерации;

б) в Уголовном кодексе Российской Федерации;

в) в Гражданском кодексе Российской Федерации.

55. Военнослужащий не несет материальной ответ­ственности в случае:

а) если ущерб причинен в результате действия (без­действия), содержащего признаки уголовного преступления;

б) если ущерб был причинен вследствие добро­совестного исполнения приказа начальника или оправданного в данных конкретных условиях слу­жебного риска, либо причинен правомерным дейст­виями;

в) если ущерб причинен неправомерными дейст­виями.

56. По служебному положению и воинскому зва­нию военнослужащие могут быть:

а) начальниками и подчиненными;

б) командирами и солдатами;

в) срочной службы и по контракту.

57. Могут ли военнослужащие срочной службы по призыву быть направлены для выполнения задач в зоны военных конфликтов:

а) нет, так как это противозаконно;

б) да, по решению военного руководства;

в) да, но исключительно на добровольной основе (по контракту).

58. Одним бело-голубым щитом обозначается:

а) особая защита культурных ценностей;

б) сооружение гражданской обороны;

в) нейтральная зона;

г) общая защита культурных ценностей.

59. Куликовская битва между русским войском во главе с Дмитрием Донским и войском Золотой Орды

 произошла;

а) в 1240 г.;

б) в 1380 г.;

в) в 1480 г.

60. День защитников Отечества 23 февраля уста­новлен в ознаменование:

 а) разгрома 'Советской Армией' немецко-фашистских войск под Сталинградом в 1943 г.;

 б) победы Красной Армии над кайзеровскими вой­сками Германии в 1918 г.;

 в) снятия блокады города Ленин града в 1944 г.

**Вариант 3.**

1. Руководитель похода обязан сообщить о марш­руте туристской группы в поисково-спасательную службу (ПСС) для того, чтобы:

а) ПСС выделила группе рацию для связи при про­хождении маршрута;

б) от ПСС был выделен представитель для сопро­вождения группы на маршруте;

в) ПСС могла контролировать прохождение груп­пой населенных пунктов, отмеченных в маршруте;

г) ПСС могла контролировать прохождение груп­пой маршрута и в случае экстремальной ситуации или несвоевременного завершения маршрута опера­тивно оказать ей помощь.

2. По каким местным приметам можно определить стороны света:

а) стволам и коре деревьев, лишайнику и мху, скло­нам холмов и бугров, муравейникам, таянию снега;

б) кустарнику и сухой траве, направлению течения ручьев и рек, наезженной колее;

в) полыньям на водоемах, скорости ветра, направ­лению комлей валяющихся на дороге спиленных де­ревьев.

3. Какими насекомыми и пресмыкающимися мож­но утолить голод в условиях вынужденного автоном­ного существования при отсутствии продуктов пита­ния:

а) колорадские жуки, бабочки, дождевые черви, земляные жабы; ­

б) саранча и кузнечики, термиты, ящерицы и змеи;

в) личинки майского жука, медведка, улитки всех видов, жабы.

4. Вам кажется, что кто-то идет за вами следом. Ваши действия:

а) перейдете несколько раз улицу и, убедившись в своих подозрениях, побежите в людное место;

б) остановитесь и выясните причину преследова­ния;

в) броситесь бежать к телефонной будке.

5. Под тяжкими понимаются преступления:

а) совершенные умышленно, за совершение кото­рых максимальное наказание, предусмотренное Уго­ловным кодексом, не превышает восьми лет лишения свободы;

б) совершенные умышленно и по неосторожности, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголовным кодексом, не превыша­ет десяти лет лишения свободы;

в) совершенные по неосторожности, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголовным кодексом, не превышает пяти лет лише­ния свободы.

6. Признаками приближающегося землетрясения могут быть следующие явления:

а) короткое замыкание электросети, непонятный гул, качание люстры и дрожание стекол на окнах;

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

в) голубоватое свечение внутренней поверхности домов, искрение близко расположенных (но не сопри­касающихся) электрических проводов, запах газа в районах, где раньше этого не отмечалось, вспышки в виде рассеянного света зарниц.

7. Вы попали под завал в результате землетрясе­ния, нога была придавлена упавшей конструкцией, но освобождена: шевелить пальцами и ступней ноги можете. В помещении есть немного свободного про­странства, но выход заблокирован. Какова очеред­ность ваших действий:

а) окажете себе первую помощь, установите под­порки под конструкции над вами, найдете теплые ве­щи или одеяло, чтобы укрыться, будете кричать, звать на помощь, стучать металлическими предмета­ми по трубам, плитам;

б) окажете себе первую помощь и начнете разгре­бать завал в сторону выхода из помещения;

в) установите подпорки под конструкции над ва­ми, попробуете подойти к оконному проему, если най­дете спички, попытаетесь развести небольшой кос­тер, чтобы согреться и осмотреться вокруг.

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

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

б) быстро начнете организованный выход из лави­ноопасного участка;

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

г) при помощи веревок закрепитесь за большие камни.

9. Безопасное естественное укрытие на улице во время урагана:

а) большие деревья;

б) овраг;

в) крупные камни.

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

 а) включить телевизор, радио, выслушать сообще­ния и рекомендации;

 б) открыть окна и двери нижних этажей;

 в) выйти из здания и направиться как можно бли­же к побережью.

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

 а) накрыть голову и верхнюю часть тела мокрой одеждой и окунуться в ближайший водоем;

 б) для преодоления недостатка кислорода пригнуть­ся к земле и дышать через мокрый платок (одежду);

 в) не обгонять лесной пожар, а двигаться под пря­мым углом к направлению распространения огня.

12. К поражающим факторам пожара относятся:

 а) образование облака зараженного воздуха;

б) разрушение зданий и поражение людей за счет смещения поверхностных слоев земли;

 в) интенсивное излучение гамма-лучей, поражаю­щее людей;

 г) открытый огонь, токсичные продукты горения.

13. При герметизации помещений в случае аварий на ХОО с выбросом АХОВ необходимо:

а) закрыть и уплотнить подручными материалами двери и окна, при этом ни в коем случае не заклеивать вентиляционные отверстия;

 б) закрыть, заклеить и уплотнить подручными ма­териалами двери и окна;

в) закрыть входные двери и окна, заклеить вентиляционные отверстия, уплотнить дверные проемы влажной тканью, заклеить и уплотнить подручными материалами оконные проемы.

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

а) верхнюю одежду повесить в специально отведен­ном месте у входа. в дом, обувь ополоснуть в специаль­ной емкости с водой, протереть влажной тканью и ос­тавить у порога, принять душ с мылом;

б) перед входом в дом снять одежду и вытряхнуть из нее пыль, воду из емкости вылить в канализацию, войдя в помещение, верхнюю одежду повесить в плот­но закрывающийся шкаф, вымыть руки и лицо;

в) верхнюю одежду повесить в специально отведен­ном месте у входа в дом, предварительно вытряхнув из нее пыль, обувь ополоснуть в специальной емкости с водой и поставить в плотно закрывающийся шкаф, воду из емкости вылить в канализацию, войдя в поме­щение, вымыть руки и лицо.

15. Какие пять уровней имеет РСЧС:

а) производственный, поселковый, территориаль­ный, региональный, федеральный;

 б) объектовый, местный, территориальный, реги­ональный, федеральный;

 в) объектовый, местный, районный, региональ­ный, республиканский.

16. Определите, какой закон закрепляет правовые основы обеспечения безопасности личности, общества

и государства: ­

а) Федеральный закон «Об обороне»;

б) Федеральный закон «О гражданской обороне»;

в) Закон Российской Федерации «О безопасности».

17. Начальником гражданской обороны образова­тельного учреждения является:

а) один из заместителей руководителя общеобразо­вательного учреждения, прошедший специальную подготовку;

б) руководитель общеобразовательного учрежде­ния;

в) специально уполномоченный представитель ор­ганов местного самоуправления.

18. Световое излучение - это:

а) поток невидимых нейтронов;

б) поток лучистой энергии, включающей ультра­фиолетовые, видимые и инфракрасные лучи;

в) скоростной поток продуктов горения, изменяю­щий концентрацию атмосферного воздуха.

19. Наибольшую опасность радиоактивные веще­ства представляют:

а) в первые часы после выпадения;

б) в первые сутки после выпадения;

в) в течение трех суток после выпадения.

20. Определите, какие из нижеперечисленных бое­припасов относятся к высокоточному оружию:

а) осколочные боеприпасы;

б) бетонобойные боеприпасы;

в) управляемые авиационные бомбы;

г) боеприпасы объемного взрыва.

21. Прочитайте внимательно текст: «...комплект этой одежды состоит из хлопчатобумажного комбине­зона специального покроя, пропитанного специальными химическими веществами, задерживающими пары отравляющих веществ или СДЯВ, а также муж­ского нательного белья, хлопчатобумажного под­шлемника и двух пар портянок». о какой защитной одежде идет речь:

а) о комплекте изолирующей одежды;

б) о защитной фильтрующей одежде;

в) об общевойсковом защитном комплекте.

22. Прочитайте текст: «Попадая во внутреннюю среду человека, эти микроорганизмы до поры до вре­мени не вызывают серьезных изменений. Но если организм человека ослаблен в результате тяжелой трав­мы, длительного заболевания или других причин, они (микробы) очень быстро превращаются в опасные для здоровья...» О каких микроорганизмах идет речь? Выберите из приведенных ответов правильный:

а) болезнетворные (патогенные) микроорганизмы;

б) сапрофиты;

в) условно патогенные микроорганизмы.

23. С биологической точки зрения иммунитет­ это:

а) функциональное состояние организма под воз­действием инфекционного заболевания;

б) способ защиты внутреннего постоянства орга­низма от живых тел или веществ, несущих в себе при­знаки генетически чужеродной информации;

в) механизм выработки специальных веществ, противодействующих попаданию инфекций в орга­низм человека.

24. Кровотечение - это:

а) истечение крови из кровеносных сосудов при на­рушении целостности их стенок;

б) потеря организмом какого-либо количества крови;

в) выход крови наружу из поврежденных органов.

25. 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.

26. Какова последовательность, оказания первой медицинской помощи при растяжении:

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

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

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

27. При закрытом переломе бедра необходимо:

а) попытаться определить подвижность ноги, со­гнув ее в коленном суставе, придать пострадавшему возвышенное положение;

б) дать обезболивающее средство, положить две шины: длинную, от подмышечной впадины до наруж­ной лодыжки, 11 короткую, от промежности до внут­ренней лодыжки;

в) дать обезболивающее средство и наложить шину из подручного материала от подмышечной впадины до коленного сустава.

28. Один из признаков сотрясения Головного моз­га - это:

а) покраснение кожи в области суставов;

б) увеличение лимфатических узлов;

в) появление сыпи на руках и ногах;

г) нечеткость зрения и неодинаковые зрачки.

29. Определите правильность и последователь­ность оказания первой медицинской помощи постра­давшему при ранении живота:

а) на рану наложить стерильную повязку, укрепив ее полосками лейкопластыря, если обнажились внут­ренние органы, покрыть их чистой влажной тканью или стерильными салфетками, срочно доставить пострадавшего в лечебное учреждение, транспортировку пострадавшего осуществлять на носилках в по­ложении лежа;

б) на рану наложить тугую повязку, обеспечить покой поврежденному месту, сверху на повязку нало­жить холод, вызвать «скорую помощь»;

в) уложить пострадавшего в постель, обработать рану раствором бриллиантовой зелени, наложить ту­гую повязку, вызвать «скорую помощь».

30. Проводить искусственную вентиляцию легких необходимо, если:

 а) отсутствует координация и речь, наблюдается непрерывный кашель, приводящий к сбою дыхания;

б) отсутствует сердцебиение и дыхание, или когда сохранено сердцебиение и самостоятельное дыхание, но частота дыхательных движений не превышает 10 раз в минуту;

в) отсутствует сердцебиение, но сохранено само­стоятельное дыхание, при этом частота дыхательных движений превышает 10 раз в минуту.

31. Полноценное, разнообразное и сбалансирован­ное питание достигается, если пищевые продукты животного и растительного происхождения, входя­щие в рацион питания человека, находятся в соотно­шении:

а) 40 и 60%;

б) 50 и 50%;

в) 30 и 70%.

32. Двигательная активность - это:

а) ежедневная физическая тренировка организма;

б) обязательные периодические физические на­грузки на мышцы и скелет человека;

 в) сумма движений, выполняемых человеком в процессе своей жизнедеятельности.

33. Для развития гибкости наиболее полезны уп­ражнения:

а) основанные на выполнении разнообразных дви­жений: сгибаний-разгибаний, наклонов и поворотов, вращений и махов;

б) с внешним сопротивлением;

в) связанные с перемещением тела в единоборствах и спортивных играх.

34. Одним из лучших материалов дляизготовле­ния одежды являются:

а) искусственные материалы;

б) хлопчатобумажные ткани;

в) полимерные волокна;

г) прорезиненные ткани.

35. Какие два обязательных условия длязаключе­ния брака определены в ст. 10 «Основ законодатель­ства о браке и семье»:

а) взаимное согласие лиц, вступающих в брак, и их родителей, а также достижение обоими вступающи­ми в брак брачного возраста - 16 лет;

 б) взаимное согласие лиц, вступающих в брак, и достижение обоими брачного возраста - 18 лет;

в) оба лица, вступающие в брак, являются гражда­нами (имеют паспорта) Российской Федерации, а так­же их взаимное согласие на брак.

36. К болезням, передаваемым половым путем, от­носятся:

 а) сифилис, гонорея, трихомониаз, хламидиоз, ге­нитальный герпес;

 б) вирусный гепатит, чесотка, дизентерия, туляре­мия, сибирская язва;

 в) токсикоинфекция, корь, натуральная оспа, столбняк, бешенство.

37. Синдром при обретенного иммунодефицита (СПИД) - это болезнь, имеющая вирусную природу. Вирус СПИДа – это вирус иммунодефицита человека (ВИЧ). Какое отрицательное воздействие БИЧ оказы­вает на организм человека:

а) вызывает раковые заболевания различных органов, поражает внутренние органы: легкие, печень, селезен­ку, поджелудочную железу, лимфатическую систему;

б) поражает центральную нервную систему, опор­но-двигательный аппарат и кровеносную систему че­ловека;

в) поражает те клетки нашего организма, которые предназначены для борьбы с вирусной инфекцией, способной поражать клетки головного мозга, вызы­вая серьезные неврологические расстройства.

38. Алкоголь, попавший в организм человека:

а) быстро выводится вместе с мочой;

б) растворяется в крови и разносится по всему ор­ганизму, оказывая разрушительное действие на все ткани и органы;

в) никогда не выводится из организма.

39. Болезни, возникающие в результате злоупотреб­ления веществами, вызывающими кратковременное чувство благоприятного психического состояния, -­ это:

а) пищевое отравление;

б) курение табака и алкоголизм;

в) наркомания и токсикомания.

40. Ракетные войска стратегического назначения -­ это:

а) войска, оснащенные ракетно-ядерным оружи­ем, предназначенные для выполнения стратегиче­ских задач;

б) войска, оснащенные ракетно-ядерным оружи­ем, предназначенные для нанесения ответного удара по противнику;

в) войска, оснащенные ракетным оружием, пред­назначенные для нанесения удара по противнику в любой точке земного шара.

41. Тыл Вооруженных Сил – это:

а) силы и средства, осуществляющие тыловое и техническое обеспечение армии и флота в мирное и военное время;

б) вид войск, осуществляющий техническое обес­печение и вещевое снабжение армии и флота в военное время;

в) род войск, осуществляющий обеспечение армии и флота военной техникой и вооружением в мирное время.

42. Одним из направлений в настоящее время во­енной реформы является:

 а) создание превосходства численности вооружен­ных сил над вооруженными силами блока НАТО;

 б) перевод комплектования вооруженных сил, других войск на контрактную основу;

 в) уточнение задач вооруженных сил на участие во внутренних вооруженных конфликтах.

43. Морально-психологическое и боевое качество воина, характеризующее его способность устойчиво переносить длительные физические нагрузки, психи­ческое напряжение и сохранять при этом присутствие духа, в опасных ситуациях проявлять высокую бое­вую активность, - это:

а) героизм;

б) воинская доблесть;

в) мужество.

44. Морально-правовая норма взаимоотношений военнослужащих в воинском коллективе, влияющая на его сплоченность и боеспособность, - это:

а) войсковое товарищество;

б) воинский коллективизм;

в) воинский долг.

45. Парад, отдание воинской чести, производство салютов относятся к воинским ритуалам:

а) боевой деятельности;

б) учебно-боевой деятельности;

в) повседневной деятельности.

46. 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.

47. С какой. целью осуществляется профессиональ­ный психологический отбор граждан, призываемых на воинскую службу:

а) с целью обеспечения соответствия индивидуаль­но-психологических качеств граждан, призываемых

на военную службу, современным требованиям службы в Вооруженных Силах Российской Федерации;

б) с целью создания воинских коллективов из воен­нослужащих с одинаковыми индивидуально-психологическими качествами;

в) с целью выявления граждан, индивидуально­-психологические качества которых могут стать препятствием дляпрохождения воинской службы.

48. Заключение по результатам освидетельствования категории «Д» означает:

а) ограниченно годен к военной службе;

б) не годен к военной службе;

в) годен к военной службе.

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

а) в случае, если его убеждениям или вероиспове­дание 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 призыв а со­ставляет 25 лет и более.

50. Боевые уставы Вооруженных Сил Российской Федерации содержат:

 а) практические рекомендации родам войск об их задачах в военное время;

 б) организационные принципы жизни, быта и бое­вой деятельности военнослужащих;

 в) теоретические положения и практические реко­мендации на использование войск в бою.

51. Какой устав определяет сущность воинской дисциплины, обязанности военнослужащих по ее соблюдению, виды поощрений и дисциплинарных взысканий, права командиров (начальников) по их применению, а также порядок подачи и рассмотрения предложений, заявлений и жалоб:

 а) Устав гарнизонной и караульной служб Воору­женных Сил Российской Федерации;

 б) Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации;

 в) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации.

52. Призыв граждан на военную службу прово­дится:

 а) два раза в год с 1 апреля по 30 июня и с 1 октября по 31 декабря;

 б) один раз в год с 1 апреля по 30 июля;

 в) на основании приказа Министерства обороны Российской Федерации с 1 апреля по 31 декабря.

53. В Вооруженных Силах Российской Федера­ции, других войсках, воинских формированиях и ор­ганах установлены следующие составы военнослу­жащих:

 а) солдаты и матросы, прапорщики, офицеры, средние офицеры, старшие офицеры;

б) солдаты и матросы, сержанты и старшины, пра­порщики и мичманы, младшие офицеры, старшие офицеры, высшие офицеры;

в) солдаты, матросы и курсанты, юнги и боцманы, старшины и мичманы, младшие офицеры, офицеры, средние офицеры, старшие офицеры, генералы.

54. Может ли быть наложено дисциплинарное взыскание на весь личный состав подразделения вме­ сто наказания непосредственных виновников:

а) нет;

б) да;

в) решение об этом принимает командир воинского подразделения.

55. Военнослужащие подлежат уголовной ответ­ственности за:

 а) только за совершение преступлений против во­енной службы;

 б) совершение как дисциплинарных, так и адми­нистративных правонарушений;

 в) совершение обще уголовных преступлений и преступлений против военной службы.

56. Какой принцип военного руководства принят в Вооруженных Силах Российской Федерации:

 ­а) принцип единоначалия;

б) Принцип партийности;

в) принцип коллегиальности.

57. Международное гуманитарное право - это:

а) совокупность норм, направленных на защиту прав человека в мирное время;

б) совокупность норм, основанных на принципах гуманности и направленных на защиту жертв воору­женных конфликтов и ограничение средств и методов ведения войны;

 в) совокупность норм, направленных на защиту жертв стихийных бедствий.

58. Четыре Женевские конвенции были при­няты:

а) в 1956 г.;

б) в 1977 г.;

в) в 1945 г.;

г) в 1949 г.

59. Полтавское сражение между русской и швед­ской армиями во время Северной войны произошло:

 а) в 1709 г.;

б) в I790г.;

в) в 1612 г.

60. День воинской славы России 7 ноября установ­лен в ознаменование:

а) Великой Октябрьской социалистической рево­люции в 1917 г.;

б) освобождения Москвы ополчением под руковод­ством Минина и Пожарского в 1612 г. от польских ин­тервентов;

в) начала контрнаступления Красной Армии про­тив немецко-фашистских войск под Москвой в1941 г.

**Вариант 4.**

1. Если в походе во время движения по маршруту вы отстали от группы, то:

 а) нельзя сходить с трассы, лыжни;

 б) можно сойти с трассы, чтобы найти следы това­рищей;

 в) необходимо сойти с трассы и остановиться на развилке тропы.

2. Каковы требования к месту сооружения времен­ного жилища:

а) место среди сухостоя, который можно использо­вать для костра, на берегу реки на уровне воды;

б) ровная возвышенная продуваемая площадка, рядом источник воды и достаточно топлива, вблизи поляна для подачи сигналов бедствия;

в) недалеко дорога или наезженная тропа, вблизи много грибов и ягод.

3. Укажите самый простой способ обеззаражи­вания воды в полевых условиях из предложенных ниже:

а) кипячение воды;

б) очистка через фильтр из песка, ваты и материи;

в) очистка через фильтр из песка и материи;

г) добавление в воду марганцовки.

4. Девушка заходит в свой подъезд, слышит гром­кие крики, смех, шум и понимает, что этажом выше на лестничной клетке находится пьяная компания. Выберите из предлагаемых вариантов действий то, которое могли бы посоветовать девушке:

а) спокойно подниматься домой;

б) ждать, пока они уйдут;

в) дождаться взрослого знакомого человека, входя­щего в подъезд, и попросить проводить до квартиры.

5. К особо тяжким преступлениям относятся:

а) неосторожные действия, за совершение которых предусмотрено наказание свыше восьми лет лишения свободы;

б) умышленные преступления, за совершение ко­торых предусмотрено наказание свыше десяти лет ли­шения свободы или более строгое наказание;

в) преступление, совершенное умышленно и по не­осторожности, за совершение которого предусмотре­но наказание от десяти до пятнадцати лет лишения свободы.

6. Наиболее подходящие места для укрытия в зда­нии при землетрясении:

а) места под прочно закрепленными столами, ря­дом с кроватями, у колонн, проемы в капитальных внутренних стенах, углы, образованные капитальны­ми внутренними стенами, дверные проемы;

б) места под подоконником, внутри шкафов, комо­дов, гардеробов, углы, образованные внутренними пе­регородками;

в) вентиляционные шахты и короба, балконы и лоджии, места внутри кладовок и встроенных шка­фов.

7. Причины образования селей:

а) подвижки земной коры или землетрясения, ес­тественный процесс разрушения гор, извержение вулканов, хозяйственная деятельность человека;

б) наводнения, вызванные авариями на гидросо­оружениях, лесные и торфяные пожары, прямое воз­действие солнечных лучей на ледники;

в) нарушение почвенного покрова в результате хо­зяйственной деятельности человека, отсутствие растительности на горных склонах, массовая миграция животных в осенне-зимний период.

8. Разрушительная сила урагана заключается в совместном действии:

а) ветра и верхнего слоя земли;

б) воды и атмосферного давления;

в) атмосферного давления и ветра;

г) ветра и воды.

9. При заблаговременном оповещении о наводне­нии в первую очередь необходимо:

 а) перенести на нижние этажи ценные вещи;

б) открыть окна и двери нижних этажей;

в) включить телевизор, радио, выслушать сообще­ния и рекомендации.

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

а) спуститесь вниз как можно ближе к выходу;

б) закроете двери на запоры;

в) подниметесь на верхние этажи.

11. Производственные аварии и катастрофы отно­сятся к:

а) ЧС экологического характера;

б) ЧС техногенного характера;

в) ЧС природного характера;

г) стихийным бедствиям.

12. Поражающие факторы химических аварий с выбросом АХОВ - это:

 а) проникновение опасных веществ через органы дыхания и кожные покровы в организм человека;

 б) интенсивное излучение гамма-лучей, поражаю­щее людей;

 в) лучистый поток энергии;

 г) выделение из облака зараженного воздуха рас­каленных частиц, вызывающих ожоги.

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

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

б) включить радио, выслушать рекомендации, на­деть средства защиты, взять необходимые вещи, до­кументы и продукты питания, укрыться в убежище или покинуть район аварии;

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

14. Гидродинамические аварии - это:

а) аварии, вызывающие повышенную влажность воздуха;

б) аварии на химически опасных объектах, в ре­зультате которых может произойти заражение воды;

в) аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах, в результате которых может произойти взрыв;

г) аварии на гидродинамических объектах, в ре­зультате которых могут произойти катастрофические затопления.

15. Координирующим органом РСЧС на террито­риальном уровне, охватывающем территорию субъ­ектов Российской Федерации, является комиссия по чрезвычайным ситуациям:

а) органа исполнительной власти субъектов Рос­сийской Федерации;

б) межведомственная;

в) ведомственная.

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

а) в мирное время;

б) при ведении военных действий;

в) по решению органов местного самоуправления.

17. Спасательная группа общеобразовательного учреждения состоит из:

а) звена жизнеобеспечения, звена общественного питания, звена эвакуации и рассредоточения;

б) звена связи и оповещения, звена обслуживания защитных сооружений, поста радиационного и химического контроля;

в) противопожарного звена, звена оказания первой медицинской помощи, спасательных звеньев.

18. Что может служить защитой от светового излу­чения:

 а) любые преграды, не пропускающие свет: укры­тия, тень густого дерева, забор и т. п.;

 б) простейшие средства защиты кожи и органов дыхания;

 в) различные водоемы и источники воды.

19. Электромагнитный импульс - это:

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

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

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

20. Оповещение о чрезвычайной ситуации - это:

а) заблаговременная информация для населения о возможной опасности;

б) доведение до населения и государственных орга­нов управления сообщения о проводимых защитных мероприятиях, обеспечивающих безопасность граж­дан во время чрезвычайных ситуациях или в военное время;

в) доведение до органов повседневного управле­ния, сил и средств РСЧС и населения сигналов опове­щения и соответствующей информации о чрезвычай­ной ситуации через систему оповещения РСЧС.

21. Основным содержанием аварийно-спасательных работ являются действия по спасению людей. При большинстве чрезвычайных ситуаций они проводятся в четыре этапа. Какие? Выберите правильный ответ:

а) поиск и обнаружение пострадавших, обеспече­ние доступа спасателей к пострадавшим и работы по деблокированию пострадавших, оказание пострадав­шим первой медицинской помощи, эвакуация пострадавших из зон опасности;

б) определение маршрутов поиска пострадавших, выдвижение спасателей к месту обнаружения постра­давших, проведение спасательных работ, первооче­редное жизнеобеспечение пострадавших;

в) составление плана работ, определение методов проведения работ, проведение работ с применением инженерной техники, подведение итогов.

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

 а) кишечные инфекции;

б) инфекции дыхательных путей;

в) кровяные инфекции.

23. Иммунную функцию выполняют:

а) легкие, сердце, кровь, головной мозг;

б) почки, легкие, поджелудочная железа, нервная система;

 в) костный мозг, тимус, селезенка, лимфатическая система.

24. Кровотечение бывает следующих видов:

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

б) венозное, артериальное, легочное, носовое;

в) поверхностное, глубокое, смешанное.

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

а) фамилию, имя, отчество пострадавшего, время получения ранения;

б) дату и точное время (часы и минуты) наложения жгута;

в) фамилию, имя, отчество пострадавшего, время наложения жгута, фамилию, имя отечество наложив­шего жгут.

26. Первая медицинская помощь при разрывах связок и мышц - это:

а) на поврежденное место наложить холод и тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему, дать ему обезболивающее средство, придать поврежденной ко­нечности возвышенное положение и доставить пост­радавшего в медицинское учреждение;

б) на поврежденное место нанести йодную сетку и наложить тугую повязку, обеспечить покой постра­давшему, дать ему обезболивающее средство, при­дать поврежденной конечности возвышенное поло­жение и доставить пострадавшего в медицинское уч­реждение;

в) срочно распарить поврежденное место, а затем наложить тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему, дать ему обезболивающее средство, придать поврежденной конечности возвышенное положение и доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

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

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

б) дать обезболивающее средство, провести иммо­билизацию конечности, направить пострадавшего в лечебное учреждение;

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

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

а) срочно вызвать врача, обеспечить абсолютный покой пострадавшему, на его голову наложить холод;

б) наложить на голову пострадавшего холод, дать ему крепкого чая или кофе, сопроводить его в меди­цинское учреждение;

в) дать пострадавшему обезболивающие и успоко­ительные таблетки, доставить его в медицинское уч­реждение.

29. При оказании реанимационной помощи необходимо:

а) положить пострадавшего на спину на мягкую поверхность, произвести прекардиальный удар в об­ласти шеи, приступить к непрямому массажу сердца и искусственной вентиляции легких, срочно доста­вить пострадавшего в больницу;

б) положить пострадавшего на спину на жесткую поверхность, произвести прекардиальный удар в об­ласти грудины, приступить к непрямому массажу сердца и искусственной вентиляции легких, вызвать «скорую помощь» или срочно доставить пострадавшего в больницу;

в) произвести удар в области мечевидного отростка, приступить к непрямому массажу сердца и ис­кусственной вентиляции легких, вызвать «скорую помощь» или срочно доставить пострадавшего в больницу.

30. Здоровый образ жизни - это:

а) мировоззрение человека, которое складывается из знания о здоровье;

б) индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья;

в) система жизнедеятельности человека, в которой главным составляющим является отказ от вредных привычек.

31. Какие основные функции выполняет питание в жизни человека:

 а) осуществляет необходимое взаимодействие между духовным и физическим здоровьем;

 б) снижает психологические и физические нагрузки;

в) поддерживает биологическую жизнь и обеспечивает постоянный обмен веществ и энергии между организмом человека и окружающей средой.

32. Основными составляющими тренированности организма человека являются:

а) сердечно-дыхательная выносливость, мышеч­ная сила и выносливость, скоростные качества, гиб­кость; .

б) сила, ловкость, умение выдерживать различные нагрузки, высокая работоспособность;

в) выносливость опорно-двигательного аппарата, своевременная реакция центральной нервной систе­мы на изменение физических нагрузок, гибкость и ловкость.

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

а) на сохранение здоровья отдельного человека, его работоспособности, активного долголетия, профилак­тику инфекционных и неинфекционных заболева­ний;

б) на точное выполнение законов природы, влия­ющих на здоровье человека и его безопасную жиз­недеятельность в условиях среды активного оби­тания;

в) на постоянное поддержание здоровья человека независимо от воздействия на него внешних (физиче­ских, химических, психических, социальных и т. п.) И внутренних факторов природной среды.

34. Почему при подборе обуви предпочтение необходимо отдавать обуви на небольшом каблуке:

а) высокий каблук перемещает центр тяжести при ходьбе и вызывает перенапряжение связок и мышц ног;

 б) в обуви на небольшом каблуке распределение нагрузки происходит по всей поверхности стопы;

 в) у высокого каблука меньше площадь опоры, что может привести к травме.

35. Из приведенных ниже ответов выберите тот, в котором определены препятствия для заключения брака, установленные в ст. 10«Основ законодательст­ва о браке и семье», т. е. не допускается заключение брака:

а) между лицами, из которых хотя бы одно уже со­стоит в другом браке, между полнородными и не пол­нородными братьями и сестрами;

б) между лицами, отбывающими наказание за со­вершение преступлений, предусмотренных Уголов­ным кодексом РФ**,** и лицами, находящимися под су­дом и следствием;

в) между лицами разной национальности и разного вероисповедания.

36. Первым признаком заболевания сифилисом является:

а) появление покраснения и опухоли в области по­ловых органов;

 б) появление маленькой ссадинки или язвочки, на­зываемой твердым шанкром;

 в) зуд и жжение в половых органах.

37. СПИД практически всегда передается следую­щим образом:

а) при половом контакте с инфицированным чело­веком, через недостаточно простерилизованные меди­цинские инструменты, при переливании крови;

 б) через пищу, пищевые продукты, предметы домашнего обихода, через кровососущих насекомых; ,

 в) при поцелуях, рукопожатиях, объятиях, при поль­зовании общественным туалетом, душем, бассейном.

38. Отрицательное влияние алкоголя на органы че­ловека. характеризуется:

 а) снижением защитной функции организма при переохлаждении;

 б) развитием сахарного диабета, увеличением мо­чевого пузыря;

 в) нарушением защитной функции печени, моз­жечка, развитием туберкулеза.

39. Три основных признака наркомании и токси­комании - это:

 а) вкусовая и биологическая зависимость, измене­ние сексуального влечения;

 б) психическая и физическая зависимость, измене­ние чувствительности к наркотику;

 в) зрительная и химическая зависимость, измене­ние материального положения.

40. Сухопутные войска - это:

 а) вид Вооруженных Сил, предназначенный пре­имущественно для ведения боевых действий на суше;

 б) вид войск, предназначенный для. решения стра­тегических и локальных боевых задач;

 в) род войск, обеспечивающий выполнение боевых задач при ведении военных действий.

41. Специальные войска предназначены:

а) для выполнения первоочередных боевых задач в обороне или наступлении;

б) для выполнения специальных задач по обеспече­нию боевой и повседневной деятельности вооружен­ных сил;

в) для выполнения задач по разгрому противника на его территории.

42. По каким вопросам осуществляется взаимо­действие войск, не входящих в Вооруженные Силы Российской Федерации, с Генеральным штабом Во­оруженных Сил Российской Федерации:

 а) по вопросам комплектования войск личным со­ставом и их профессиональной подготовке;

 б) по вопросам разработки стратегических операций;

 в) по вопросам организации обороны и предоставления информации, необходимой *для* организации обороны.

43. Самоотверженное, мужественное исполнение военнослужащим своего воинского долга и служеб­ных обязанностей в мирное время - это;

а) воинская доблесть;

б) воинская честь;

в) мужество.

44. Особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части, а также указывающий на ее принадлежность к Вооруженным Силам Российской Федерации, - это:

 а) специальная грамота командования о присвое­нии воинской части гвардейского звания;

 б) Боевое Знамя воинской части;

 в) государственная награда воинской части за бое­вые заслуги.

45. Посвящение в боевую специальность, заступле­ние на боевое дежурство, строевой смотр относятся к

 воинским ритуалам:

а) боевой деятельности;

б) учебно-боевой деятельности;

в) повседневной деятельности.

46. Персональный воинский учет ведется:

а) специально уполномоченным сотрудником орга­на управления образованием района (города);

 б) управлениями (отделами) кадров военных ок­ругов;

 в) районными (городскими) военными комисса­риатами.

47. Медико-юридический акт, осуществляемый врачебной комиссией или отдельным врачом-спе­циалистом в целях определения степени годности призываемых граждан по состоянию здоровья и фи­зическому развитию к военной службе, правильности распределения их по родам войск и военным специ­альностям, годности к поступлению в военно-учебные заведения, выявления необходимости лечения, воз­можности прохождения службы в отдельных клима­тических районах и других, - это:

а) медицинское освидетельствование;

б) военно-медицинская экспертиза;

в) предварительное медицинское заключение о со­стоянии здоровья допризывника.

48. Под увольнением с военной службы понима­ется:

 а) убытие военнослужащего срочной службы в краткосрочный отпуск;

 б) снятие военнослужащего со всех видов довольст­вия в связи с выходом в запас; .

в) установленное законом освобождение от даль­нейшего несения службы в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации, других войсках, воинских формированиях и органах. ­

49. Какой правовой акт устанавливает права и сво­боды военнослужащих:

 а) Федеральный закон «О статусе военнослужащих»;

 б) Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»;

 в) Указ Президента Российской Федерации «О со­здании Вооруженных Сил Российской Федерации».

50. 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.

51. Какой устав определяет строевые приемы и движение без оружия и с оружием строи подразделе­ний и воинских частей в пешем порядке и на маши­нах; порядок выполнения воинского приветствия, проведения строевого смотра; положение Боевого Знамени воинской части в строю, порядок его выноса и относа; обязанности военнослужащих перед постро­ением и в строю и требования к их строевой подготов­ке, а также способы передвижения военнослужащих на поле боя и порядок действий при внезапном напа­дении противника:

 а) Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации;

 б) Устав гарнизонной и караульной служб Воору­женных Сил Российской Федерации;

 в) Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Рос­сийской Федерации.

52. Гражданам, признанным временно не годными к военной службе, предоставляется отсрочка от при­зыва для обследования и лечения на срок:

а) 12 или 18 месяцев;

б) 6 или 12 месяцев;

в) 3 или 6 месяцев.

53. Присвоение воинских званий высших офице­ров производится:

а) министром обороны Российской Федерации;

б) Советом Безопасности Российской Федерации;

в) Президентом Российской Федерации.

54. Может ли военнослужащий, совершивший дис­циплинарное правонарушение, подвергнуться аресту без определения его сроков:

а) нет;

б) да;

в) решение об этом принимает командир воинского подразделения.

55. Военнослужащие за совершение преступле­ний, предусмотренных Уголовным кодексом Россий­ской Федерации, могут быть подвергнуты уголовному наказанию:

а) народными судами территорий, на которых со­вершено уголовное преступление;

б) только военными судами;

в) судами чести офицеров и прапорщиков.

56. Военные образовательные учреждения профес­сионального образования 'Вооруженных Сил Россий­ской Федерации предназначены для:

а) подготовки научных и педагогических кадров;

б) ведения научной и научно-исследовательской работы;

в) подготовки командных, инженерно-техничес­ких и специальных кадров для вооруженных сил и повышения их квалификации.

57. Основными документами международного гу­манитарного права являются:

 а) четыре Женевских конвенции и два Дополни­тельных протокола к ним;

б) Декларация прав человека;

в) Устав Организации Объединенных Наций.

58. Массовое уничтожение растительного или жи­вотного мира, отравление атмосферы или водных ре­сурсов, а также совершение иных действий, способ­ных вызвать экологическую катастрофу, обозначает­ся термином:

а) геноцид;

б) экоцид;

в) апартеид.

59. Бородинское сражение между русской армией М. И. Кутузова и французской армией Наполеона произошло:

а) в 1825 г.;

б) в 1815 г.;

в) в 1812 г.

**Вариант 5.**

1. Если во время движения на маршруте вы заблу­дились и не можете найти свои следы, то следует:

а) найти возвышенное место и оглядеться, затем двигаться в направлении захода Солнца;

б) прислушаться к звукам, чтобы потом двигаться

подальше от дорог или рек;

в) остановиться и оценить ситуацию, искать тропу или дорогу, ручей или реку.

2. При устройстве шалаша крышу следует накры­вать:

а) безразлично как;

б) сверху вниз;

в) справа налево;

г) снизу вверх.

3. Укажите самый простой способ обеззаражи­вания воды в полевых условиях из предложенных

 ниже:

а) кипячение воды;

б) очистка через фильтр из песка, ваты и материи;

в) очистка через фильтр из песка и материи;

г) добавление в воду марганцовки.

4. Девушка заходит в свой подъезд, слышит гром­кие крики, смех, шум, и понимает, что этажом выше на лестничной клетке находится пьяная компания. Выберите из предлагаемых вариантов действий то, которое могли бы посоветовать девушке:

а) спокойно подниматься домой;

б) дождаться взрослого знакомого человека, входя­щего в подъезд, и попросить проводить до квартиры;

в) ждать, пока они уйдут.

5. К особо тяжким преступлениям относятся:

а) неосторожные действия, за совершения которых предусмотрено наказание свыше восьми лет лишения свободы;

б) умышленные преступления, за совершение ко­торых предусмотрено наказание свыше десяти лет ли­шения свободы или более строгое наказание;

в) преступление, совершенное умышленно и по неос­торожности, за совершение которого предусмотрено на­казание от десяти до пятнадцати лет лишения свободы.

6. При землетрясении необходимо попытаться:

 а) Отключить электричество, эвакуироваться из здания, занять место вдали от зданий и линий электропередачи;

 б) забить окна, попытаться быстро покинуть зда­ние и поехать (пойти) домой;

 в) успокоить домашних животных, быстро занять место на балконе или подальше от капитальных стен.

7. Основная причина крупных обвалов:

а) ураганы;

б) таяние ледников;

в) землетрясения;

г) наводнения.

8. Разрушающее действие смерча связано:

а) с действием стремительно вращающегося воздуха и резким вертикальным подъемом воздушных масс;

б) с действием прямолинейного скоростного напо­ра воздушных масс;

в) с динамическим воздействием масс, вовлечен­ных в движение, на различные постройки, здания, со­оружения и т. п.

9. При внезапном наводнении до прибытия помо­щи следует:

а) оставаться на месте и ждать указаний по телеви­дению (радио), при этом вывесить белое или цветное полотнище, чтобы вас обнаружили;

б) быстро занять ближайшее возвышенное место и оставаться там до схода воды, при этом подавать сиг­налы, позволяющие вас обнаружить;

в) спуститься на нижний этаж здания и подавать световые сигналы.

10. Если вы оказались в волне цунами, то вашим первоочередным действием будет:

а) воспользоваться плавающими и возвышающи­мися предметами, чтобы приготовиться к возвратно­му движению волны;

б) сбросить одежду и обувь;

в) набрать в грудь как можно больше воздуха, сгруппироваться и закрыть голову руками.

11. К поражающим факторам взрыва относятся:

а) осколочные поля и ударная волна;

б) высокая температура и волна прорыва;

в) сильная загазованность местности.

12. Последствиями аварий на химически опасных предприятиях могут быть:

а) разрушение наземных и подземных коммуника­ций, промышленных зданий в результате действий ударной волны;

б) заражение окружающей среды и массовые пора­жения людей, растений и животных опасными ядови­тыми веществами;

в) резкое повышение или понижение атмосферного давления в зоне аварии и на прилегающей к ней тер­ритории.

13. При аварии на химическом предприятии, если отсутствуют индивидуальные средства защиты, убе­жище и возможность выхода из зоны аварии, после­довательность ваших действий будет:

а) включить радио и прослушать информацию, за­крыть окна и двери, входные двери закрыть плотной тканью и загерметизировать жилище;

 б) выключить радио, отойти от окон и дверей и за­герметизировать жилище;

в) включить радио, перенести ценные вещи в под­вал или отдельную комнату и подавать сигналы о по­мощи.

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

а) система сил и средств для ликвидации последст­вий чрезвычайных ситуаций;

б) система наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды;

в) Единая государственная система предупрежде­ния и ликвидации чс.

15. Рабочими органами комиссий по чрезвычай­ным ситуациям соответствующих органов государст­венной власти и местного самоуправления являются:

а) органы управления по делам ГОЧС;

б) специально создаваемые штабы;

в) эвакуационные комиссии.

16. Гражданская оборона - это:

а) система мероприятий по прогнозированию, предотвращению и ликвидации чрезвычайных ситу­аций в военное время;

б) система обеспечения постоянной готовности ор­ганов государственного управления для быстрых и эффективных действий по организации первоочеред­ного жизнеобеспечения населения при ведении воен­ных действий на территории Российской Федерации;

в) система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации, от опасностей, возникающих при ведении военных дей­ствий или вследствие этих действий.

17. Группа охраны общественного порядка обще­образовательного учреждения состоит из:

а) звена безопасности дорожного движения, звена материально-технического обеспечения, спасатель­ных звеньев;

б) звена оказания первой медицинской помощи, звена эвакуации и рассредоточения, противопожар­ного звена;

в) звена связи и оповещения, звеньев охраны обще­ственного порядка.

18. Проникающая радиация - это:

а) поток гамма-лучей и нейтронов;

б) поток невидимых нейтронов;

в) поток радиоактивных протонов.

19. 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 за счет применения биологических средств.

20. Средства коллективной защиты - это:

а) инженерные сооружения гражданской обороны для защиты от оружия массового поражения и других современных средств нападения;

 б) легкие сооружения для защиты населения от по­бочного действия атмосферы;

 в) средства защиты органов дыхания и кожи.

21. Удаление радиоактивных веществ, обеззара­живание или удаление отравляющих веществ, болез­нетворных микробов и токсинов с кожного покрова людей, а также с надетых средств индивидуальной за­щиты, одежды и обуви - это:

а) дезактивация;

б) способ профилактики инфекционного заболе­вания;

в) дезинфекция;

г) санитарная обработка.

22. Возбудитель каких инфекций передается через укусы кровососущих насекомых:

а) инфекции наружных покровов;

б) кишечные инфекции;

в) кровяные инфекции.

23. В чем заключается первая помощь пострадав­шему при следующих признаках инфекционного заболевания: через несколько часов после заболева­ния появляется озноб, температура повышается до38-39 ОС, ощущается ломота во всем теле, слабость, недомогание, тяжесть в животе, схваткообразные бо­ли, тошнота, рвота, понос:

а) это дифтерия. Необходимо срочное обращение к врачу-инфекционисту. Как правило, в этом случае вводят дифтерийную сыворотку (готовые антитела), антибиотики. Кроме сыворотки можно использовать лечение паром или холодным влажным воздухом и средствами, успокаивающими нервную систему;

б) это пищевая токсикоинфекция. Помощь заклю­чается в полном удалении пищи путем многократного промывания желудка теплой кипяченой водой, прие­ме активированного угля и 2-4%-ного раствора дву­углекислой соды, целесообразно обильное питье и строгая диета, в тяжелых случаях больного госпита­лизируют;

в) это ботулизм. Оказание помощи заключается в очень быстром промывании желудка теплым 5%-ным раствором питьевой соды (1 чайная ложка на стакан воды). Обязательно введение сыворотки и антитоксина.

24. Артериальное кровотечение из сосудов верх­них и нижних конечностей останавливают в два этапа:

а) прижимают артерию выше места повреждения к кости, а затем накладывают стандартный или импро­визированный жгут;

б) прижимают артерию чуть ниже места поврежде­ния, после остановки кровотечения накладывают да­вящую повязку.

25. Перед наложением давящей повязки на руку необходимо:

а) промыть руку водой и обработать ее зеленкой;

б) обработать руку йодом;

в) обработать края раны перекисью водорода или слабым раствором марганцовки.

26. Признаками перелома являются:

а) тошнота и рвота, нарушение функции конечнос­ти, ее деформация и подвижность;

б) нарушение функции конечности, сильная боль при попытке движения ею, деформация и некоторое

ее укорочение, подвижность костей в необычном месте;

в) временная потеря зрения и слуха, появление сильной боли при попытке движения конечностью.

27. Определите последовательность оказания пер­ вой медицинской помощи при закрытых переломах:

а) дать обезболивающее средство, провести иммо­ билизацию, на место перелома наложить холод, до­ставить пострадавшего в лечебное учреждение;

б) дать обезболивающее средство, сделать перевяз­ ку, доставить пострадавшего в лечебное учреждение;

в) на место перелома наложить тугую повязку, дать обезболивающее, доставить пострадавшего в ле­чебное учреждение.

28. Определите последовательность оказания пер­ вой медицинской помощи пострадавшему при пере­ломе ребер:

а) придать пострадавшему возвышенное положение, дать успокаивающее средство, наложить тугую повязку на грудную клетку;

б) наложить на грудную клетку асептическую по­ вязку, дать обезболивающее средство, положить пост­радавшего на бок;

в) дать обезболивающее средство, наложить тугую повязку на грудную клетку, придать пострадавшему возвышенное положение в положении сидя (полулежа).

29. Порядок действий по определению признаков клинической смерти следующий:

а) определить наличие отечности нижних и верх­ них конечностей, убедиться в реагировании зрачков глаз на свет, в отсутствии речи у пострадавшего;

б) убедиться в отсутствии сознания, реакции зрач­ка на свет, дыхания и пульса на сонной артерии;

в) убедиться в полной дыхательной активности, в наличии у пострадавшего слуха,- а также ушибов, травм головы или позвоночника.

30. Одной из составляющих здорового образа жиз­ни является:

а) малоподвижный образ жизни;

б) оптимальный уровень двигательной активности;

в) небольшие и умеренные физические нагрузки;

г) курение и употребление алкоголя в небольших количествах.

31. Основной причиной умственного утомления являются:

 а) длительная и интенсивная умственная деятель­ность;

 б) длительная и интенсивная деятельность опор­но-двигательного аппарата;

 в) нарушение деятельности системы кровообраще­ния.

32. Средством развития быстроты являются уп­ражнения:

а) на растягивание мышц;

б) с преодолением веса собственного тела;

в) требующие энергичных двигательных реакций.

33. Какие функции выполняет кожа человека:

а) оберегает организм от механических и химиче­ских повреждений, от проникновения во внутреннюю среду патогенных микроорганизмов, регулирует тем­пературу тела, дает возможность осязать предметы, чувствовать боль, тепло, холод;

б) защищает внутренние органы от воздействия солнечной радиации, регулирует обмен веществ в ор­ганизме, дает возможность вредным веществам, на­капливающимся в организме, выходить через поры наружу в атмосферу;

в) оберегает организм от физических воздействий среды обитания, регулирует давление и температуру внутри тела человека в зависимости от параметров среды обитания, создает барьер для проникновения в организм инфекций и болезнетворных бактерий.

34. Семья - это:

а) социальная группа, состоящая из мужчины и женщины, объединенных условиями среды обита­ния, единой моралью и взаимным идеологическим мировоззрением к жизни;

б) выработавшаяся за многие века форма объеди­нения людей мужского и женского пола в интересах создания нормальных условий для их повседневной жизнедеятельности, сохранения здоровья, рождения и воспитания детей, передачи жизненного опыта, осу­ществление преемственности поколений;

в) ячейка общества, объединяющая мужчину и женщину для совместной жизни и продолжения по­томства.

35. В соответствии с Кодексом о браке и семье за­ключение брака происходит после подачи желающими вступить в брак заявления в орган загса по истечении:

а) 2 месяцев;

б) 2 недель;

в) 1 месяца.

36. Заражение гонореей происходит:

а) при попадании микроба на подовые органы здо­рового человека;

б) при попадании микроба в кровь здорового человека;

 в) при попадании микроба на кожу здорового че­ловека.

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

а) постоянное курение от 5 до 15 сигарет в день, по­является небольшая физическая зависимость, пре­кращение курения вызывает труднопереносимую фи­зическую и психическую зависимость, которая сни­мается при выкуривании очередной сигареты;

б) постоянное курение от 1 до 1,5 пачки в день, вы­рабатывается привычка курить натощак; сразу после еды и среди ночи, привыкание к табаку очень силь­ное, прекращение курения вызывает тяжелое состоя­ние курильщика. Выражены изменения в нервной системе и внутренних органах. Общая картина токси­ческого разрушения организма характеризуется как заболевание;

в) эпизодическое курение не более 5 сигарет в день, никотиновой абстиненции не наблюдается (т. е. пре­кращение курения не вызывает никаких рас­стройств), небольшие изменения в деятельности нерв­ной системы полностью обратимы.

38. Алкоголизм - это:

а) кратковременное состояние алкогольного опья­нения;

 б) заболевание на почве пьянства, в большинстве случаев с неблагоприятным прогнозом;

в) умеренное потребление спиртных напитков.

39. Признаки наркотического отравления - это:

а) насморк, горечь во рту, заливистый беспричин­ный смех, пожелтение кожи;

 б) тошнота и рвота, головокружение, кровотечение из носа, кашель, насморк;

 в) повышение мышечного тонуса, сужение зрачков и ослабление их реакции на свет, покраснение кожи.

40. Военно-Воздушные Силы - это:

а) вид вооруженных сил, предназначенный для

нанесения ударов по авиационным, сухопутным и морским группировкам противника, его администра­тивно-политическим, промышленно-экономическим центрам в целях дезорганизации государственного и военного управления, нарушения работы тыла и транспорта, а также ведения воздушной разведки и воздушных перевозок;

б) вид войск, предназначенный для проведения боевых действий в воздухе, подавления живой силы и техники противника, переброски в заданные районы воздушно-десантных войск, поддержки в военных операциях частей и соединений Военно-Морского Флота и Сухопутных войск;

в) род войск, обеспечивающий выполнение боевых задач в воздухе при ведении военных действий как на своей территории, так и на территории противника.

41. Обороноспособность государства это:

а) степень подготовленности Вооруженных Сил к защите от агрессии;

 б) степень его подготовленности к защите от аг­рессии;

в) степень подготовленности органов управления государства противостоять угрозам агрессии со сторо­ны противника.

42. Какие из приведенных ниже войск не входят в состав Вооруженных Сил Российской Федерацию:

а) инженерные войска, войска связи, войска ради­ационной, химической и биологической защиты;

б) пограничные войска, войска гражданской обо­роны, железнодорожные войска, войска Федераль­ного агентства правительственной связи и инфор­мации;

в) специальные, автомобильные, дорожные, же­лезнодорожные, трубопроводные, радиотехнические и топогеодезические войска.

43. Внутренние, нравственные качества, достоин­ство воина, характеризующие его поведение, отноше­ние к коллективу, к выполнению воинского долга, ­это:

а) героизм;

б) воинская доблесть;

в) воинская честь.

44. Почетные государственные награды за воин­ские и другие отличия и заслуги - это:

а) ордена и медали;

б) ценные подарки;

в) ведомственные знаки.

45. Принятие военной присяги, вручение боевого знамени, вручение государственных наград относит­ся к воинским ритуалам:

а) повседневной деятельности;

б) боевой деятельности;

в) учебно-боевой деятельности.

46. В соответствии с Федеральным законом «О во­инской обязанности и военной службе» первоначаль­ная постановка на учет осуществляется:

 а) в период с 1 сентября по 30 ноября в год дости­жения гражданами возраста 15 лет;

 б) в период с 1 июня по 30 августа в год достиже­ния гражданами возраста 16 лет;

 в) в период с 1 января по 31 марта в год достиже­ния гражданами возраста 17 лет.

47. Заключение по результатам освидетельствова­ния категории «А» означает:

а) годен к военной службе;

б) ограниченно годен к военной службе;

в) не годен к военной службе.

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

а) годен к военной службе;

б) ограниченно годен к военной службе;

в) временно не годен к военной службе.

49. Принципы строительства Вооруженных Сил Российской Федерации закреплены:

а) в Указе Президента Российской Федерации « О создании Вооруженных Сил Российской Феде­рации»;

 б) в Законе Российской Федерации «Об обороне»;

 в) В Законе Российской Федерации «О безопас­ности».

50. К общевоинским уставам Вооруженных Сил Российской Федерации относятся:

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

б) 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;

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

51. Призыву на военную службу подлежат гражда­не:

а) мужского и, как исключение, женского пола, в возрасте от 18 до 28 лет, прошедшие медицинское освидетельствование и признанные годными к военной ­службе;

б) мужского пола в возрасте от 18 до 25 лет, состоящие на воинском учете и не пребывающие в за­пасе;

в) мужского пола в возрасте от 18 до 27 лет, состоя­щие или обязанные состоять на воинском учете, не пребывающие в запасе и не имеющие права на осво­бождение от военной службы.

52. Началом военной службы для граждан, не пре­бывающих в запасе и призванных на военную служ­бу, считается:

а) день убытия из военного комиссариата к месту службы;

б) день прибытия в воинское подразделение;

в) день принятия военной присяги.

53. Военная форма одежды подразделяется на:

а) парадную для строя и вне строя, повседневную для строя и вне строя, полевую;

б) парадную, боевую, строевую;

в) парадную, выходную, повседневную маскиро­вочную.

54. Военнослужащие, совершившие администра­тивное правонарушение, как правило, несут админи­стративную ответственность по:

 а) Уголовному кодексу Российской Федерации;

 б) Дисциплинарному уставу Вооруженный Сил Российской Федерации;

 в) законодательству о труде.

55. Преданность своему Отечеству, любовь к Роди­не, стремление служить ее интересам и защищать ее

 от врагов - это:

а) воинский долг;

б) героизм;

в) патриотизм.

56. Прием в военно-учебное заведение проводится:

а) по направлению районного (городского) военно­го комиссариата, согласованного с командованием военного округа;

б) по личному заявлению, которое необходимо подать до 1 мая года поступления в районный (город­ской) военный комиссариат по месту прописки;

в) по личному заявлению, которое необходимо подать в военно-учебное заведение не позднее 10 дней с момента постановки на воинский учет в военном ко­миссариате.

57. Эмблема «красный крест на белом фоне» была официально признана в качестве отличительного зна­ка обществ оказания помощи раненым:

а) в 1914 г.;

б) в 1812 г.;

в) в 1876 г.;

г) в 1863 г.

58. Битва русского войска во главе с Александром Невским с рыцарями немецкого Ливонского ордена на льду Чудского озера произошла:

 а) в 1223 г.;

б) в 1380 г.;

в) в 1242 г.

59. Синопское сражение между русской и турец­кой эскадрами произошло:

а) в 1853 г.;

б) в 1790 г.;

в) в 1709 г.

**КОМПЛЕКТ ТЕСТОВ К ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОМУ ЗАЧЁТУ**

**по учебной дисциплине** Основы безопасности жизнедеятельности

КОНТРОЛИРУЕМЫЕ ПАРАМЕТРЫ

|  |  |
| --- | --- |
| **Темы** | **Номера тестовых заданий** |
| Основы безопасности личности и государства | 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22 |
| Основы медицинских знаний и здорового образа жизни | 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39 |
| Обеспечение военной безопасности государства. | 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60 |

Критерии оценки:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Количество правильных ответов** | **Процент выполнения** | **Оценка** |
| 60-50 | более 90% | отлично |
| 49-40 | 80-90% | хорошо |
| 39-30 | 60-79% | удовлетворительно  |
| менее 30 | менее 60% | не удовлетворительно  |

ФОРМЫ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Формы тестовых заданий** | **Примеры тестовых заданий** | **Примеры ответов** |
| ***1. Тестовое задание закрытой формы с выбором одного или нескольких вариантов ответа*** Состоит из неполного тестового утверждения с одним ключевым элементом и множеством допустимых заключений, одно из которых являются правильными. Число заключений может быть разным, но не менее 4 (4-6) | Порядковый номер элемента показывает …А) число всех элементарных частиц в атомеБ) число протонов и нейтронов в ядре атомаВ) число нейтронов в ядре атомаГ) число протонов в ядре атома | Г |

**Вариант 1**

1. Если в походе во время движения по маршруту вы отстали от группы, то:

 а) нельзя сходить с трассы, лыжни;

 б) можно сойти с трассы, чтобы найти следы това­рищей;

 в) необходимо сойти с трассы и остановиться на развилке тропы.

2. Каковы требования к месту сооружения времен­ного жилища:

а) место среди сухостоя, который можно использо­вать для костра, на берегу реки на уровне воды;

б) ровная возвышенная продуваемая площадка, рядом источник воды и достаточно топлива, вблизи поляна для подачи сигналов бедствия;

в) недалеко дорога или наезженная тропа, вблизи много грибов и ягод.

3. Укажите самый простой способ обеззаражи­вания воды в полевых условиях из предложенных ниже:

а) кипячение воды;

б) очистка через фильтр из песка, ваты и материи;

в) очистка через фильтр из песка и материи;

г) добавление в воду марганцовки.

4. Девушка заходит в свой подъезд, слышит гром­кие крики, смех, шум и понимает, что этажом выше на лестничной клетке находится пьяная компания. Выберите из предлагаемых вариантов действий то, которое могли бы посоветовать девушке:

а) спокойно подниматься домой;

б) ждать, пока они уйдут;

в) дождаться взрослого знакомого человека, входя­щего в подъезд, и попросить проводить до квартиры.

5. К особо тяжким преступлениям относятся:

а) неосторожные действия, за совершение которых предусмотрено наказание свыше восьми лет лишения свободы;

б) умышленные преступления, за совершение ко­торых предусмотрено наказание свыше десяти лет ли­шения свободы или более строгое наказание;

в) преступление, совершенное умышленно и по не­осторожности, за совершение которого предусмотре­но наказание от десяти до пятнадцати лет лишения свободы.

6. Наиболее подходящие места для укрытия в зда­нии при землетрясении:

а) места под прочно закрепленными столами, ря­дом с кроватями, у колонн, проемы в капитальных внутренних стенах, углы, образованные капитальны­ми внутренними стенами, дверные проемы;

б) места под подоконником, внутри шкафов, комо­дов, гардеробов, углы, образованные внутренними пе­регородками;

в) вентиляционные шахты и короба, балконы и лоджии, места внутри кладовок и встроенных шка­фов.

7. Причины образования селей:

а) подвижки земной коры или землетрясения, ес­тественный процесс разрушения гор, извержение вулканов, хозяйственная деятельность человека;

б) наводнения, вызванные авариями на гидросо­оружениях, лесные и торфяные пожары, прямое воз­действие солнечных лучей на ледники;

в) нарушение почвенного покрова в результате хо­зяйственной деятельности человека, отсутствие растительности на горных склонах, массовая миграция животных в осенне-зимний период.

8. Разрушительная сила урагана заключается в совместном действии:

а) ветра и верхнего слоя земли;

б) воды и атмосферного давления;

в) атмосферного давления и ветра;

г) ветра и воды.

9. При заблаговременном оповещении о наводне­нии в первую очередь необходимо:

 а) перенести на нижние этажи ценные вещи;

б) открыть окна и двери нижних этажей;

в) включить телевизор, радио, выслушать сообще­ния и рекомендации.

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

а) спуститесь вниз как можно ближе к выходу;

б) закроете двери на запоры;

в) подниметесь на верхние этажи.

11. Производственные аварии и катастрофы отно­сятся к:

а) ЧС экологического характера;

б) ЧС техногенного характера;

в) ЧС природного характера;

г) стихийным бедствиям.

12. Поражающие факторы химических аварий с выбросом АХОВ - это:

 а) проникновение опасных веществ через органы дыхания и кожные покровы в организм человека;

 б) интенсивное излучение гамма-лучей, поражаю­щее людей;

 в) лучистый поток энергии;

 г) выделение из облака зараженного воздуха рас­каленных частиц, вызывающих ожоги.

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

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

б) включить радио, выслушать рекомендации, на­деть средства защиты, взять необходимые вещи, до­кументы и продукты питания, укрыться в убежище или покинуть район аварии;

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

14. Гидродинамические аварии - это:

а) аварии, вызывающие повышенную влажность воздуха;

б) аварии на химически опасных объектах, в ре­зультате которых может произойти заражение воды;

в) аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах, в результате которых может произойти взрыв;

г) аварии на гидродинамических объектах, в ре­зультате которых могут произойти катастрофические затопления.

15. Координирующим органом РСЧС на террито­риальном уровне, охватывающем территорию субъ­ектов Российской Федерации, является комиссия по чрезвычайным ситуациям:

а) органа исполнительной власти субъектов Рос­сийской Федерации;

б) межведомственная;

в) ведомственная.

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

а) в мирное время;

б) при ведении военных действий;

в) по решению органов местного самоуправления.

17. Спасательная группа общеобразовательного учреждения состоит из:

а) звена жизнеобеспечения, звена общественного питания, звена эвакуации и рассредоточения;

б) звена связи и оповещения, звена обслуживания защитных сооружений, поста радиационного и химического контроля;

в) противопожарного звена, звена оказания первой медицинской помощи, спасательных звеньев.

18. Что может служить защитой от светового излу­чения:

 а) любые преграды, не пропускающие свет: укры­тия, тень густого дерева, забор и т. п.;

 б) простейшие средства защиты кожи и органов дыхания;

 в) различные водоемы и источники воды.

19. Электромагнитный импульс - это:

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

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

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

20. Оповещение о чрезвычайной ситуации - это:

а) заблаговременная информация для населения о возможной опасности;

б) доведение до населения и государственных орга­нов управления сообщения о проводимых защитных мероприятиях, обеспечивающих безопасность граж­дан во время чрезвычайных ситуациях или в военное время;

в) доведение до органов повседневного управле­ния, сил и средств РСЧС и населения сигналов опове­щения и соответствующей информации о чрезвычай­ной ситуации через систему оповещения РСЧС.

21. Основным содержанием аварийно-спасательных работ являются действия по спасению людей. При большинстве чрезвычайных ситуаций они проводятся в четыре этапа. Какие? Выберите правильный ответ:

а) поиск и обнаружение пострадавших, обеспече­ние доступа спасателей к пострадавшим и работы по деблокированию пострадавших, оказание пострадав­шим первой медицинской помощи, эвакуация пострадавших из зон опасности;

б) определение маршрутов поиска пострадавших, выдвижение спасателей к месту обнаружения постра­давших, проведение спасательных работ, первооче­редное жизнеобеспечение пострадавших;

в) составление плана работ, определение методов проведения работ, проведение работ с применением инженерной техники, подведение итогов.

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

 а) кишечные инфекции;

б) инфекции дыхательных путей;

в) кровяные инфекции.

23. Иммунную функцию выполняют:

а) легкие, сердце, кровь, головной мозг;

б) почки, легкие, поджелудочная железа, нервная система;

 в) костный мозг, тимус, селезенка, лимфатическая система.

24. Кровотечение бывает следующих видов:

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

б) венозное, артериальное, легочное, носовое;

в) поверхностное, глубокое, смешанное.

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

а) фамилию, имя, отчество пострадавшего, время получения ранения;

б) дату и точное время (часы и минуты) наложения жгута;

в) фамилию, имя, отчество пострадавшего, время наложения жгута, фамилию, имя отечество наложив­шего жгут.

26. Первая медицинская помощь при разрывах связок и мышц - это:

а) на поврежденное место наложить холод и тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему, дать ему обезболивающее средство, придать поврежденной ко­нечности возвышенное положение и доставить пост­радавшего в медицинское учреждение;

б) на поврежденное место нанести йодную сетку и наложить тугую повязку, обеспечить покой постра­давшему, дать ему обезболивающее средство, при­дать поврежденной конечности возвышенное поло­жение и доставить пострадавшего в медицинское уч­реждение;

в) срочно распарить поврежденное место, а затем наложить тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему, дать ему обезболивающее средство, придать поврежденной конечности возвышенное положение и доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

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

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

б) дать обезболивающее средство, провести иммо­билизацию конечности, направить пострадавшего в лечебное учреждение;

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

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

а) срочно вызвать врача, обеспечить абсолютный покой пострадавшему, на его голову наложить холод;

б) наложить на голову пострадавшего холод, дать ему крепкого чая или кофе, сопроводить его в меди­цинское учреждение;

в) дать пострадавшему обезболивающие и успоко­ительные таблетки, доставить его в медицинское уч­реждение.

29. При оказании реанимационной помощи необходимо:

а) положить пострадавшего на спину на мягкую поверхность, произвести прекардиальный удар в об­ласти шеи, приступить к непрямому массажу сердца и искусственной вентиляции легких, срочно доста­вить пострадавшего в больницу;

б) положить пострадавшего на спину на жесткую поверхность, произвести прекардиальный удар в об­ласти грудины, приступить к непрямому массажу сердца и искусственной вентиляции легких, вызвать «скорую помощь» или срочно доставить пострадавшего в больницу;

в) произвести удар в области мечевидного отростка, приступить к непрямому массажу сердца и ис­кусственной вентиляции легких, вызвать «скорую помощь» или срочно доставить пострадавшего в больницу.

30. Здоровый образ жизни - это:

а) мировоззрение человека, которое складывается из знании о здоровье;

б) индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья;

в) система жизнедеятельности человека, в которой главным составляющим является отказ от вредных привычек.

31. Какие основные функции выполняет питание в жизни человека:

 а) осуществляет необходимое взаимодействие между духовным и физическим здоровьем;

 б) снижает психологические и физические нагрузки;

в) поддерживает биологическую жизнь и обеспечивает постоянный обмен веществ и энергии между организмом человека и окружающей средой.

32. Основными составляющими тренированности организма человека являются:

а) сердечно-дыхательная выносливость, мышеч­ная сила и выносливость, скоростные качества, гиб­кость; .

б) сила, ловкость, умение выдерживать различные нагрузки, высокая работоспособность;

в) выносливость опорно-двигательного аппарата, своевременная реакция центральной нервной систе­мы на изменение физических нагрузок, гибкость и ловкость.

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

а) на сохранение здоровья отдельного человека, его работоспособности, активного долголетия, профилак­тику инфекционных и неинфекционных заболева­ний;

б) на точное выполнение законов природы, влия­ющих на здоровье человека и его безопасную жиз­недеятельность в условиях среды активного оби­тания;

в) на постоянное поддержание здоровья человека независимо от воздействия на него внешних (физиче­ских, химических, психических, социальных и т. п.) И внутренних факторов природной среды.

34. Почему при подборе обуви предпочтение необходимо отдавать обуви на небольшом каблуке:

а) высокий каблук перемещает центр тяжести при ходьбе и вызывает перенапряжение связок и мышц ног;

 б) в обуви на небольшом каблуке распределение нагрузки происходит по всей поверхности стопы;

 в) у высокого каблука меньше площадь опоры, что может привести к травме.

35. Из приведенных ниже ответов выберите тот, в котором определены препятствия для заключения брака, установленные в ст. 10«Основ законодательст­ва о браке и семье», т. е. не допускается заключение брака:

а) между лицами, из которых хотя бы одно уже со­стоит в другом браке, между полнородными и не пол­нородными братьями и сестрами;

б) между лицами, отбывающими наказание за со­вершение преступлений, предусмотренных Уголов­ным кодексом РФ**,** и лицами, находящимися под су­дом и следствием;

в) между лицами разной национальности и разного вероисповедания.

36. Первым признаком заболевания сифилисом является:

а) появление покраснения и опухоли в области по­ловых органов;

 б) появление маленькой ссадинки или язвочки, на­зываемой твердым шанкром;

 в) зуд и жжение в половых органах.

37. СПИД практически всегда передается следую­щим образом:

а) при половом контакте с инфицированным чело­веком, через недостаточно простерилизованные меди­цинские инструменты, при переливании крови;

 б) через пищу, пищевые продукты, предметы домашнего обихода, через кровососущих насекомых; ,

 в) при поцелуях, рукопожатиях, объятиях, при поль­зовании общественным туалетом, душем, бассейном.

38. Отрицательное влияние алкоголя на органы че­ловека.характеризуется:

 а) снижением защитной функции организма при переохлаждении;

 б) развитием сахарного диабета, увеличением мо­чевого пузыря;

 в) нарушением защитной функции печени, моз­жечка, развитием туберкулеза.

39. Три основных признака наркомании и токси­комании - это:

 а) вкусовая и биологическая зависимость, измене­ние сексуального влечения;

 б) психическая и физическая зависимость, измене­ние чувствительности к наркотику;

 в) зрительная и химическая зависимость, измене­ние материального положения.

40. Сухопутные войска - это:

 а) вид Вооруженных Сил, предназначенный пре­имущественно для ведения боевых действий на суше;

 б) вид войск, предназначенный для.решения стра­тегических и локальных боевых задач;

 в) род войск, обеспечивающий выполнение боевых задач при ведении военных действий.

41. Специальные войска предназначены:

а) для выполнения первоочередных боевых задач в обороне или наступлении;

б) для выполнения специальных задач по обеспече­нию боевой и повседневной деятельности вооружен­ных сил;

в) для выполнения задач по разгрому противника на его территории.

42. По каким вопросам осуществляется взаимо­действие войск, не входящих в Вооруженные Силы Российской Федерации, с Генеральным штабом Во­оруженных Сил Российской Федерации:

 а) по вопросам комплектования войск личным со­ставом и их профессиональной подготовке;

 б) по вопросам разработки стратегических операций;

 в) по вопросам организации обороны и предоставления информации, необходимой *для* организации обороны.

43. Самоотверженное, мужественное исполнение военнослужащим своего воинского долга и служеб­ных обязанностей в мирное время - это;

а) воинская доблесть;

б) воинская честь;

в) мужество.

44. Особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части, а также указывающий на ее принадлежность к Вооруженным Силам Российской Федерации, - это:

 а) специальная грамота командования о присвое­нии воинской части гвардейского звания;

 б) Боевое Знамя воинской части;

 в) государственная награда воинской части за бое­вые заслуги.

45. Посвящение в боевую специальность, заступле­ние на боевое дежурство, строевой смотр относятся к

 воинским ритуалам:

а) боевой деятельности;

б) учебно-боевой деятельности;

в) повседневной деятельности.

46. Персональный воинский учет ведется:

а) специально уполномоченным сотрудником орга­на управления образованием района (города);

 б) управлениями (отделами) кадров военных ок­ругов;

 в) районными (городскими) военными комисса­риатами.

47. Медико-юридический акт, осуществляемый врачебной комиссией или отдельным врачом-спе­циалистом в целях определения степени годности призываемых граждан по состоянию здоровья и фи­зическому развитию к военной службе, правильности распределения их по родам войск и военным специ­альностям, годности к поступлению в военно-учебные заведения, выявления необходимости лечения, воз­можности прохождения службы в отдельных клима­тических районах и других, - это:

а) медицинское освидетельствование;

б) военно-медицинская экспертиза;

в) предварительное медицинское заключение о со­стоянии здоровья допризывника.

48. Под увольнением с военной службы понима­ется:

 а) убытие военнослужащего срочной службы в краткосрочный отпуск;

 б) снятие военнослужащего со всех видов довольст­вия в связи с выходом в запас; .

в) установленное законом освобождение от даль­нейшего несения службы в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации, других войсках, воинских формированиях и органах. ­

49. Какой правовой акт устанавливает права и сво­боды военнослужащих:

 а) Федеральный закон «О статусе военнослужащих»;

 б) Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»;

 в) Указ Президента Российской Федерации «О со­здании Вооруженных Сил Российской Федерации».

50. 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.

51. Какой устав определяет строевые приемы и движение без оружия и с оружием строи подразделе­ний и воинских частей в пешем порядке и на маши­нах; порядок выполнения воинского приветствия, проведения строевого смотра; положение Боевого Знамени воинской части в строю, порядок его выноса и относа; обязанности военнослужащих перед постро­ением и в строю и требования к их строевой подготов­ке, а также способы передвижения военнослужащих на поле боя и порядок действий при внезапном напа­дении противника:

 а) Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации;

 б) Устав гарнизонной и караульной служб Воору­женных Сил Российской Федерации;

 в) Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Рос­сийской Федерации.

52. Гражданам, признанным временно не годными к военной службе, предоставляется отсрочка от при­зыва для обследования и лечения на срок:

а) 12 или 18 месяцев;

б) 6 или 12 месяцев;

в) 3 или 6 месяцев.

53. Присвоение воинских званий высших офице­ров производится:

а) министром обороны Российской Федерации;

б) Советом Безопасности Российской Федерации;

в) Президентом Российской Федерации.

54. Может ли военнослужащий, совершивший дис­циплинарное правонарушение, подвергнуться аресту без определения его сроков:

а) нет;

б) да;

в) решение об этом принимает командир воинского подразделения.

55. Военнослужащие за совершение преступле­ний, предусмотренных Уголовным кодексом Россий­ской Федерации, могут быть подвергнуты уголовному наказанию:

а) народными судами территорий, на которых со­вершено уголовное преступление;

б) только военными судами;

в) судами чести офицеров и прапорщиков.

56. Военные образовательные учреждения профес­сионального образования 'Вооруженных Сил Россий­ской Федерации предназначены для:

а) подготовки научных и педагогических кадров;

б) ведения научной и научно-исследовательской работы;

в) подготовки командных, инженерно-техничес­ких и специальных кадров для вооруженных сил и повышения их квалификации.

57. Основными документами международного гу­манитарного права являются:

 а) четыре Женевских конвенции и два Дополни­тельных протокола к ним;

б) Декларация прав человека;

в) Устав Организации Объединенных Наций.

58. Массовое уничтожение растительного или жи­вотного мира, отравление атмосферы или водных ре­сурсов, а также совершение иных действий, способ­ных вызвать экологическую катастрофу, обозначает­ся термином:

а) геноцид;

б) экоцид;

в) апартеид.

59. Бородинское сражение между русской армией М. И. Кутузова и французской армией Наполеона произошло:

а) в 1825 г.;

б) в 1815 г.;

в) в 1812 г.

**Вариант 2**

1. Если во время движения на маршруте вы заблу­дились и не можете найти свои следы, то следует:

а) найти возвышенное место и оглядеться, затем двигаться в направлении захода Солнца;

б) прислушаться к звукам, чтобы потом двигаться

подальше от дорог или рек;

в) остановиться и оценить ситуацию, искать тропу или дорогу, ручей или реку.

2. При устройстве шалаша крышу следует накры­вать:

а) безразлично как;

б) сверху вниз;

в) справа налево;

г) снизу вверх.

3. Укажите самый простой способ обеззаражи­вания воды в полевых условиях из предложенных

 ниже:

а) кипячение воды;

б) очистка через фильтр из песка, ваты и материи;

в) очистка через фильтр из песка и материи;

г) добавление в воду марганцовки.

4. Девушка заходит в свой подъезд, слышит гром­кие крики, смех, шум, и понимает, что этажом выше на лестничной клетке находится пьяная компания. Выберите из предлагаемых вариантов действий то, которое могли бы посоветовать девушке:

а) спокойно подниматься домой;

б) дождаться взрослого знакомого человека, входя­щего в подъезд, и попросить проводить до квартиры;

в) ждать, пока они уйдут.

5. К особо тяжким преступлениям относятся:

а) неосторожные действия, за совершения которых предусмотрено наказание свыше восьми лет лишения свободы;

б) умышленные преступления, за совершение ко­торых предусмотрено наказание свыше десяти лет ли­шения свободы или более строгое наказание;

в) преступление, совершенное умышленно и по неос­торожности, за совершение которого предусмотрено на­казание от десяти до пятнадцати лет лишения свободы.

6. При землетрясении необходимо попытаться:

 а) Отключить электричество, эвакуироваться из здания, занять место вдали от зданий и линий электропередачи;

 б) забить окна, попытаться быстро покинуть зда­ние и поехать (пойти) домой;

 в) успокоить домашних животных, быстро занять место на балконе или подальше от капитальных стен.

7. Основная причина крупных обвалов:

а) ураганы;

б) таяние ледников;

в) землетрясения;

г) наводнения.

8. Разрушающее действие смерча связано:

а) с действием стремительно вращающегося воздуха и резким вертикальным подъемом воздушных масс;

б) с действием прямолинейного скоростного напо­ра воздушных масс;

в) с динамическим воздействием масс, вовлечен­ных в движение, на различные постройки, здания, со­оружения и т. п.

9. При внезапном наводнении до прибытия помо­щи следует:

а) оставаться на месте и ждать указаний по телеви­дению (радио), при этом вывесить белое или цветное полотнище, чтобы вас обнаружили;

б) быстро занять ближайшее возвышенное место и оставаться там до схода воды, при этом подавать сиг­налы, позволяющие вас обнаружить;

в) спуститься на нижний этаж здания и подавать световые сигналы.

10. Если вы оказались в волне цунами, то вашим первоочередным действием будет:

а) воспользоваться плавающими и возвышающи­мися предметами, чтобы приготовиться к возвратно­му движению волны;

б) сбросить одежду и обувь;

в) набрать в грудь как можно больше воздуха, сгруппироваться и закрыть голову руками.

11. К поражающим факторам взрыва относятся:

а) осколочные поля и ударная волна;

б) высокая температура и волна прорыва;

в) сильная загазованность местности.

12. Последствиями аварий на химически опасных предприятиях могут быть:

а) разрушение наземных и подземных коммуника­ций, промышленных зданий в результате действий ударной волны;

б) заражение окружающей среды и массовые пора­жения людей, растений и животных опасными ядови­тыми веществами;

в) резкое повышение или понижение атмосферного давления в зоне аварии и на прилегающей к ней тер­ритории.

13. При аварии на химическом предприятии, если отсутствуют индивидуальные средства защиты, убе­жище и возможность выхода из зоны аварии, после­довательность ваших действий будет:

а) включить радио и прослушать информацию, за­крыть окна и двери, входные двери закрыть плотной тканью и загерметизировать жилище;

 б) выключить радио, отойти от окон и дверей и за­герметизировать жилище;

в) включить радио, перенести ценные вещи в под­вал или отдельную комнату и подавать сигналы о по­мощи.

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

а) система сил и средств для ликвидации последст­вий чрезвычайных ситуаций;

б) система наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды;

в) Единая государственная система предупрежде­ния и ликвидации чс.

15. Рабочими органами комиссий по чрезвычай­ным ситуациям соответствующих органов государст­венной власти и местного самоуправления являются:

а) органы управления по делам ГОЧС;

б) специально создаваемые штабы;

в) эвакуационные комиссии.

16. Гражданская оборона - это:

а) система мероприятий по прогнозированию, предотвращению и ликвидации чрезвычайных ситу­аций в военное время;

б) система обеспечения постоянной готовности ор­ганов государственного управления для быстрых и эффективных действий по организации первоочеред­ного жизнеобеспечения населения при ведении воен­ных действий на территории Российской Федерации;

в) система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации, от опасностей, возникающих при ведении военных дей­ствий или вследствие этих действий.

17. Группа охраны общественного порядка обще­образовательного учреждения состоит из:

а) звена безопасности дорожного движения, звена материально-технического обеспечения, спасатель­ных звеньев;

б) звена оказания первой медицинской помощи, звена эвакуации и рассредоточения, противопожар­ного звена;

в) звена связи и оповещения, звеньев охраны обще­ственного порядка.

18. Проникающая радиация - это:

а) поток гамма-лучей и нейтронов;

б) поток невидимых нейтронов;

в) поток радиоактивных протонов.

19. 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 за счет применения биологических средств.

20. Средства коллективной защиты - это:

а) инженерные сооружения гражданской обороны для защиты от оружия массового поражения и других современных средств нападения;

 б) легкие сооружения для защиты населения от по­бочного действия атмосферы;

 в) средства защиты органов дыхания и кожи.

21. Удаление радиоактивных веществ, обеззара­живание или удаление отравляющих веществ, болез­нетворных микробов и токсинов с кожного покрова людей, а также с надетых средств индивидуальной за­щиты, одежды и обуви - это:

а) дезактивация;

б) способ профилактики инфекционного заболе­вания;

в) дезинфекция;

г) санитарная обработка.

22. Возбудитель каких инфекций передается через укусы кровососущих насекомых:

а) инфекции наружных покровов;

б) кишечные инфекции;

в) кровяные инфекции.

23. В чем заключается первая помощь пострадав­шему при следующих признаках инфекционного заболевания: через несколько часов после заболева­ния появляется озноб, температура повышается до38-39 ОС, ощущается ломота во всем теле, слабость, недомогание, тяжесть в животе, схваткообразные бо­ли, тошнота, рвота, понос:

а) это дифтерия. Необходимо срочное обращение к врачу-инфекционисту. Как правило, в этом случае вводят дифтерийную сыворотку (готовые антитела), антибиотики. Кроме сыворотки можно использовать лечение паром или холодным влажным воздухом и средствами, успокаивающими нервную систему;

б) это пищеваятоксикоинфекция. Помощь заклю­чается в полном удалении пищи путем многократного промывания желудка теплой кипяченой водой, прие­ме активированного угля и 2-4%-ного раствора дву­углекислой соды, целесообразно обильное питье и строгая диета, в тяжелых случаях больного госпита­лизируют;

в) это ботулизм. Оказание помощи заключается в очень быстром промывании желудка теплым 5%-ным раствором питьевой соды (1 чайная ложка на стакан воды). Обязательно введение сыворотки и антитоксина.

24. Артериальное кровотечение из сосудов верх­них и нижних конечностей останавливают в два этапа:

а) прижимают артерию выше места повреждения к кости, а затем накладывают стандартный или импро­визированный жгут;

б) прижимают артерию чуть ниже места поврежде­ния, после остановки кровотечения накладывают да­вящую повязку.

25. Перед наложением давящей повязки на руку необходимо:

а) промыть руку водой и обработать ее зеленкой;

б) обработать руку йодом;

в) обработать края раны перекисью водорода или слабым раствором марганцовки.

26. Признаками перелома являются:

а) тошнота и рвота, нарушение функции конечнос­ти, ее деформация и подвижность;

б) нарушение функции конечности, сильная боль при попытке движения ею, деформация и некоторое

ее укорочение, подвижность костей в необычном месте;

в) временная потеря зрения и слуха, появление сильной боли при попытке движения конечностью.

27. Определите последовательность оказания пер­ вой медицинской помощи при закрытых переломах:

а) дать обезболивающее средство, провести иммо­билизацию, на место перелома наложить холод, до­ставить пострадавшего в лечебное учреждение;

б) дать обезболивающее средство, сделать перевяз­ку, доставить пострадавшего в лечебное учреждение;

в) на место перелома наложить тугую повязку, дать обезболивающее, доставить пострадавшего в ле­чебное учреждение.

28. Определите последовательность оказания пер­ вой медицинской помощи пострадавшему при пере­ломе ребер:

а) придать пострадавшему возвышенное положение, дать успокаивающее средство, наложить тугую повязку на грудную клетку;

б) наложить на грудную клетку асептическую по­ вязку, дать обезболивающее средство, положить пост­радавшего на бок;

в) дать обезболивающее средство, наложить тугую повязку на грудную клетку, придать пострадавшему возвышенное положение в положении сидя (полулежа).

29. Порядок действий по определению признаков клинической смерти следующий:

а) определить наличие отечности нижних и верх­ них конечностей, убедиться в реагировании зрачков глаз на свет, в отсутствии речи у пострадавшего;

б) убедиться в отсутствии сознания, реакции зрач­ка на свет, дыхания и пульса на сонной артерии;

в) убедиться в полной дыхательной активности, в наличии у пострадавшего слуха,- а также ушибов, травм головы или позвоночника.

30. Одной из составляющих здорового образа жиз­ни является:

а) малоподвижный образ жизни;

б) оптимальный уровень двигательной активности;

в) небольшие и умеренные физические нагрузки;

г) курение и употребление алкоголя в небольших количествах.

31. Основной причиной умственного утомления являются:

 а) длительная и интенсивная умственная деятель­ность;

 б) длительная и интенсивная деятельность опор­но-двигательного аппарата;

 в) нарушение деятельности системы кровообраще­ния.

32. Средством развития быстроты являются уп­ражнения:

а) на растягивание мышц;

б) с преодолением веса собственного тела;

в) требующие энергичных двигательных реакций.

33. Какие функции выполняет кожа человека:

а) оберегает организм от механических и химиче­ских повреждений, от проникновения во внутреннюю среду патогенных микроорганизмов, регулирует тем­пературу тела, дает возможность осязать предметы, чувствовать боль, тепло, холод;

б) защищает внутренние органы от воздействия солнечной радиации, регулирует обмен веществ в ор­ганизме, дает возможность вредным веществам, на­капливающимся в организме, выходить через поры наружу в атмосферу;

в) оберегает организм от физических воздействий среды обитания, регулирует давление и температуру внутри тела человека в зависимости от параметров среды обитания, создает барьер для проникновения в организм инфекций и болезнетворных бактерий.

34. Семья - это:

а) социальная группа, состоящая из мужчины и женщины, объединенных условиями среды обита­ния, единой моралью и взаимным идеологическим мировоззрением к жизни;

б) выработавшаяся за многие века форма объеди­нения людей мужского и женского пола в

интересах

 создания нормальных условий для их повседневной жизнедеятельности, сохранения здоровья, рождения и воспитания детей, передачи жизненного опыта, осу­ществление преемственности поколений;

в) ячейка общества, объединяющая мужчину и женщину для совместной жизни и продолжения по­томства.

35. В соответствии с Кодексом о браке и семье за­ключение брака происходит после подачи желающими вступить в брак заявления в орган загса по истечении:

а) 2 месяцев;

б) 2 недель;

в) 1 месяца.

36. Заражение гонореей происходит:

а) при попадании микроба на подовые органы здо­рового человека;

б) при попадании микроба в кровь здорового человека;

 в) при попадании микроба на кожу здорового че­ловека.

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

а) постоянное курение от 5 до 15 сигарет в день, по­является небольшая физическая зависимость, пре­кращение курения вызывает труднопереносимую фи­зическую и психическую зависимость, которая сни­мается при выкуривании очередной сигареты;

б) постоянное курение от 1 до 1,5 пачки в день, вы­рабатывается привычка курить натощак; сразу после еды и среди ночи, привыкание к табаку очень силь­ное, прекращение курения вызывает тяжелое состоя­ние курильщика. Выражены изменения в нервной системе и внутренних органах. Общая картина токси­ческого разрушения организма характеризуется как заболевание;

в) эпизодическое курение не более 5 сигарет в день, никотиновой абстиненции не наблюдается (т. е. пре­кращение курения не вызывает никаких рас­стройств), небольшие изменения в деятельности нерв­ной системы полностью обратимы.

38. Алкоголизм - это:

а) кратковременное состояние алкогольного опья­нения;

 б) заболевание на почве пьянства, в большинстве случаев с неблагоприятным прогнозом;

в) умеренное потребление спиртных напитков.

39. Признаки наркотического отравления - это:

а) насморк, горечь во рту, заливистый беспричин­ный смех, пожелтение кожи;

 б) тошнота и рвота, головокружение, кровотечение из носа, кашель, насморк;

 в) повышение мышечного тонуса, сужение зрачков и ослабление их реакции на свет, покраснение кожи.

40. Военно-Воздушные Силы - это:

а) вид вооруженных сил, предназначенный для

нанесения ударов по авиационным, сухопутным и морским группировкам противника, его администра­тивно-политическим, промышленно-экономическим центрам в целях дезорганизации государственного и военного управления, нарушения работы тыла и транспорта, а также ведения воздушной разведки и воздушных перевозок;

б) вид войск, предназначенный для проведения боевых действий в воздухе, подавления живой силы и техники противника, переброски в заданные районы воздушно-десантных войск, поддержки в военных операциях частей и соединений Военно-Морского Флота и Сухопутных войск;

в) род войск, обеспечивающий выполнение боевых задач в воздухе при ведении военных действий как на своей территории, так и на территории противника.

41. Обороноспособность государства это:

а) степень подготовленности Вооруженных Сил к защите от агрессии;

 б) степень его подготовленности к защите от аг­рессии;

в) степень подготовленности органов управления государства противостоять угрозам агрессии со сторо­ны противника.

42. Какие из приведенных ниже войск не входят в состав Вооруженных Сил Российской Федерацию:

а) инженерные войска, войска связи, войска ради­ационной, химической и биологической защиты;

б) пограничные войска, войска гражданской обо­роны, железнодорожные войска, войска Федераль­ного агентства правительственной связи и инфор­мации;

в) специальные, автомобильные, дорожные, же­лезнодорожные, трубопроводные, радиотехнические и топогеодезические войска.

43. Внутренние, нравственные качества, достоин­ство воина, характеризующие его поведение, отноше­ние к коллективу, к выполнению воинского долга, ­это:

а) героизм;

б) воинская доблесть;

в) воинская честь.

44. Почетные государственные награды за воин­ские и другие отличия и заслуги - это:

а) ордена и медали;

б) ценные подарки;

в) ведомственные знаки.

45. Принятие военной присяги, вручение боевого знамени, вручение государственных наград относит­ся к воинским ритуалам:

а) повседневной деятельности;

б) боевой деятельности;

в) учебно-боевой деятельности.

46. В соответствии с Федеральным законом «О во­инской обязанности и военной службе» первоначаль­ная постановка на учет осуществляется:

 а) в период с 1 сентября по 30 ноября в год дости­жения гражданами возраста 15 лет;

 б) в период с 1 июня по 30 августа в год достиже­ния гражданами возраста 16 лет;

 в) в период с 1 января по 31 марта в год достиже­ния гражданами возраста 17 лет.

47. Заключение по результатам освидетельствова­ния категории «А» означает:

а) годен к военной службе;

б) ограниченно годен к военной службе;

в) не годен к военной службе.

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

а) годен к военной службе;

б) ограниченно годен к военной службе;

в) временно не годен к военной службе.

49. Принципы строительства Вооруженных Сил Российской Федерации закреплены:

а) в Указе Президента Российской Федерации « О создании Вооруженных Сил Российской Феде­рации»;

 б) в Законе Российской Федерации «Об обороне»;

 в) В Законе Российской Федерации «О безопас­ности».

50. К общевоинским уставам Вооруженных Сил Российской Федерации относятся:

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

б) 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;

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

51. Призыву на военную службу подлежат гражда­не:

а) мужского и, как исключение, женского пола, в возрасте от 18 до 28 лет, прошедшие медицинское освидетельствование и признанные годными к военной ­службе;

б) мужского пола в возрасте от 18 до 25 лет, состоящие на воинском учете и не пребывающие в за­пасе;

в) мужского пола в возрасте от 18 до 27 лет, состоя­щие или обязанные состоять на воинском учете, не пребывающие в запасе и не имеющие права на осво­бождение от военной службы.

52. Началом военной службы для граждан, не пре­бывающих в запасе и призванных на военную служ­бу, считается:

а) день убытия из военного комиссариата к месту службы;

б) день прибытия в воинское подразделение;

в) день принятия военной присяги.

53. Военная форма одежды подразделяется на:

а) парадную для строя и вне строя, повседневную для строя и вне строя, полевую;

б) парадную, боевую, строевую;

в) парадную, выходную, повседневную маскиро­вочную.

54. Военнослужащие, совершившие администра­тивное правонарушение, как правило, несут админи­стративную ответственность по:

 а) Уголовному кодексу Российской Федерации;

 б) Дисциплинарному уставу Вооруженный Сил Российской Федерации;

 в) законодательству о труде.

55. Преданность своему Отечеству, любовь к Роди­не, стремление служить ее интересам и защищать ее

 от врагов - это:

а) воинский долг;

б) героизм;

в) патриотизм.

56. Прием в военно-учебное заведение проводится:

а) по направлению районного (городского) военно­го комиссариата, согласованного с командованием военного округа;

б) по личному заявлению, которое необходимо подать до 1 мая года поступления в районный (город­ской) военный комиссариат по месту прописки;

в) по личному заявлению, которое необходимо подать в военно-учебное заведение не позднее 10 дней с момента постановки на воинский учет в военном ко­миссариате.

57. Эмблема «красный крест на белом фоне» была официально признана в качестве отличительного зна­ка обществ оказания помощи раненым:

а) в 1914 г.;

б) в 1812 г.;

в) в 1876 г.;

г) в 1863 г.

58. Битва русского войска во главе с Александром Невским с рыцарями немецкого Ливонского ордена на льду Чудского озера произошла:

 а) в 1223 г.;

б) в 1380 г.;

в) в 1242 г.

59. Синопское сражение между русской и турец­кой эскадрами произошло:

а) в 1853 г.;

б) в 1790 г.;

в) в 1709 г.

**Ключ**

|  |  |
| --- | --- |
| № в. | № вопроса |
|  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 1 | 00 |  | а | б | а | в | б | а | а | г | в |
| 10 | б | б | а | в | г | а | б | в | а | в |
| 20 | в | а | б | в | а | б | а | в | а | б |
| 30 | б | в | а | а | б | а | б | а | в | б |
| 40 | а | б | в | а | б | б | в | а | в | а |
| 50 | в | а | б | в | а | б | в | а | б | в |
| 2 | 00 |  | в | г | а | б | б | а | в | а | б |
| 10 | в | а | б | а | в | а | в | в | а | а |
| 20 | а | г | в | б | а | в | б | а | в | б |
| 30 | б | а | в | а | б | в | а | а | б | в |
| 40 | а | б | б | в | а | б | в | а | б | а |
| 50 | б | в | а | а | б | в | б | г | в | а |

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИЗУЧЕНИЮ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Методические рекомендации по организации теоретических занятий**

Теоретическое обучение, проводимое с целью обеспечения обучающихся информацией, необходимой группе для осуществления учебной деятельности, используются для передачи концепций и идей, а также для стимулирования критического мышления обучающихся. Главный принцип - построить занятие так, чтобы оно обеспечило овладение и применение на практике одного нового навыка. Это более эффективно, чем ставить своей целью изучение 10 новых навыков, которые будут усвоены поверхностно и не принесут желаемого результата.

Занятия должны быть краткими и меткими. Структура занятия должна содержать интересное начало, убедительную середину и насыщенный конец.

Успешные занятия - это те, которые тщательно спланированы, сфокусированы на новых идеях и разработаны таким образом, чтобы новая информация была преподнесена «по кусочкам».Они должны давать слушателям возможность быть активными участниками процесса обучения.

**Методические рекомендации по проведению практических занятий преподавателям**

В аудиторном часу используются разнообразные методы обучения Направленные на развитие способности студентов:

* формировать собственное мнение и высказывать его;
* тщательно изучать учебный материал;
* вырабатывать креативный подход к выполнению материала;
* выступать перед большой аудиторией и аргументировать свою точку зрения;
* анализировать полученную информацию;
* развивать навыки самостоятельной и плодотворной работы;
* уметь показать свою индивидуальность;
* обогащать жизненный опыт путем постановки различных ситуаций.

*Примеры методов обучения*

Дебаты - устный обмен мнениями обучающихся в целях поиска правильных ответов и выводов.

Дискуссия (обсуждение) - обмен мнениями между обучающимися по изучаемой теме. Участие студентов в обсуждении - ключ к освоению и сохранению в памяти знаний. Дискуссия - это эффективный способ вовлечь студентов в процесс обучения.

Ролевая игра - многосторонний способ обучения, обеспечивающий активное участие, вовлеченность, экспериментирование и открытие в процессе обучения.

Групповой инструктаж - преподаватель дает ключевые факты или «основные моменты темы», на основании чего далее формируются вопросы и ответы для занятия.

Групповое обсуждение - аудитория после лекции разбивается на группы для обсуждения и обмена мнениями, взглядами, вопросами и выводами через лидеров групп со всей аудиторией.

Обзор пройденного - данный метод в отличие от разбора темы в конце каждой темы, может применяться периодически для того, чтобы удостовериться в том, что все студенты проходят цикл обучения. Он поможет достичь нескольких целей: побудить студентов поделиться своей реакцией на работу в группе, дать отражение некоторому опыту, проверить то материал, который был изучен, выработать обратную связь для обучающегося и преподавателя и др. Существуют различные типы обзора пройденного.

 «Метод круглого стола» - быстрая словесная проверка, позволяющая каждому сказать что-то, например, «сегодня я узнал три вещи», «я узнал о предмете...» и т.д.

 Тихое размышление - обычно с письменными комментариями, возможно с вопросами на доске или на бумаге.

 Групповое размышление - попросите небольшие группы сделать обзор пройденной темы и рассказать всем остальным.

 Обзор по теме - написать краткий литературный обзор (эссе) по рекомендуемой теме с привлечением дополнительного материала из печати и информационных ресурсов Интернета.

 Написание глоссария - краткое разъяснение терминов и понятий по заданной теме, можно использовать кроссворд.

Презентация - выбор студентом определенной темы для презентации и выражение своего видения, понимания или непонимания какого-либо аспекта, рассматриваемого в презентации. Время презентации - 8-10 минут, оценивается презентация по критерию степени раскрытия темы, степени интереса, вызванного у слушателей, профессионализму.

Реферат представляет собой краткое изложение в письменном виде или в форме публичного доклада содержания научного труда или трудов специалистов по избранной теме, обзор литературы определенного направления. Такой обзор должен давать читателю представление о современном состоянии изученности той или иной научной проблемы, включая сопоставление точек зрения специалистов, и сопровождаться собственной оценкой их достоверности и убедительности.

Задача реферата - обобщить достигнутое другими, самостоятельно изложить проблему на базе фактов почерпнутых из литературы.

Как видно из сказанного, реферат - это не простой пересказ прочитанного, а серьезная работа, требующая, довольно основательной подготовленности автора. Напомним, что наряду с главной задачей ознакомления с трудами ученых, реферат ставит не менее важные учебно-методические цели, присущие и научной работе. Это - обдуманный выбор темы, библиографический поиск, отбор и анализ содержащихся в научной литературе фактов, положений и выводов, их группировка, логичное изложение в соответствии с планом и собственной оценкой автора реферата, составление справочного аппарата (сносок и списка использованной литературы) и оформление всего текста. Работая над рефератом, студент получает возможность обрести навыки анализа научной литературы, овладеть методикой научного исследования и основами подготовки письменной работы. Написание реферата на избранную научную тему, безусловно, содействует более глубокому ознакомлению с материалами, относящимися к соответствующему историческому периоду, способствует овладению целым рядом полезных навыков, в частности, умению самостоятельно работать с книгой, помогает выявить интерес и определить круг возможных дальнейших научных занятий.

 Объем реферата 20-30 страниц.

Конспект – систематическая, логически связанная запись содержания читаемого материала, объединяющая план, выписки, тезисы или хотя бы два из этих типов записи. В отличие от выписок и тезисов конспект раскрывает содержание в той последовательности изложения, в котором оно предлагается в читаемом источнике.

 Для составления конспекта отбирается самая важная и существенная информация. Главные положения выделяются, важные слова, сочетания подчеркиваются. Каждая новая мысль начинается с новой строки. В конспекте следует указывать фамилию автора, название источника, место, время его издания, страницы.

Работа с первоисточниками:

* вчитаться в название книги или статьи, осмыслить его;
* внимательно прочитать текст и по ходу чтения кратко записывать основные мысли;
* отделяйте одну мысль от другой, запишите их в виде тезисов;
* закончив работу, выпишите все данные источника.

**Методические указания студентам к практическим занятиям**

Цель настоящих методических указаний – помочь студентам при изучение основного материала, овладение практическими навыками.

В процессе подготовки к практическим занятиям следует изучить теоретический материал по теме, работая с источниками учебной литературы и конспектами лекций.

При чтении учебной литературы следует составлять краткий конспект изученного материала, что помогает лучшему усвоению сведений.

***Конспект*** – это краткая письменная запись содержания статьи, книги, лекции, предназначенные для последующего восстановления информации с различной степенью полноты.

#### Конспект – это систематическая, логически связная запись, объединяющая план, выписки, тезисы или, по крайней мере, два из этих типов записи.

Исходя из определения, выписки с отдельными пунктами плана, если в целом они не отражают логики произведения, если между отдельными частями записи нет смысловой связи, - это не конспект.

В конспект включаются не только основные положения, но и доводы, их обосновывающие, конкретные факты и примеры, но без их подробного описания.

Конспектирование может осуществляться тремя способами:

- цитирование (полное или частичное) основных положений текста;

- передача основных мыслей текста «своими словами»;

- смешанный вариант.

Все варианты предполагают использование сокращений.

При написании конспекта рекомендуется следующая последовательность:

1. проанализировать содержание каждого фрагмента текста, выделяя относительно самостоятельные по смыслу;
2. выделить из каждой части основную информацию, убрав избыточную;
3. записать всю важную для последующего восстановления информацию своими словами или цитируя, используя сокращения.

***Текстуальный*** (самый простой) состоит из отдельных авторских цитат. Необходимо только умение выделять фразы, несущие основную смысловую нагрузку.

Это прекрасный источник дословных высказываний автора и приводимых им фактов. Текстуальный конспект используется длительное время. *Недостаток:* не активизирует резко внимание и память.

***Плановый*** – это конспект отдельных фрагментов материала, соответствующих названиям пунктов предварительно разработанного плана. Он учит последовательно и четко излагать свои мысли, работать над книгой, обобщая содержание ее в формулировках плана. Такой конспект краток, прост и ясен по своей форме. Это делает его незаменимым пособием при быстрой подготовке доклада, выступления.

*Недостаток:* по прошествии времени с момента написания трудно восстановить в памяти содержание источника.

***Свободный*** конспект – индивидуальное изложение текста, т.е. отражает авторские мысли через ваше собственное видение. Требуется детальная проработка текста.

Свободный конспект представляет собой сочетание выписок, цитат, иногда тезисов, часть его текста может быть снабжена планом. Это наиболее полноценный вид конспекта.

***Тематический конспект*** – изложение информации по одной теме из нескольких источников.

Составление тематического конспекта учит работать над темой, всесторонне обдумывая ее, анализируя различные точки зрения на один и тот же вопрос. Таким образом, этот конспект облегчает работу над темой при условии использования нескольких источников.

Критерии оценки результатов задания:

Оценка «5» - точное, правильное выполнение задания, поиск решения.

Оценка «4» - правильное выполнение задания, поиск решения, есть небольшие неточности в полученном результате или оформлении.

Оценка «3» - много неточностей в порядке выполнения задания, ошибки оформления, затруднения по выполнению аналогичных действий.

Оценка «2» - отсутствие необходимых знаний по изученному материалу, отсутствие представлений о реализуемой технологии, ошибки в процессе выполнения задания.

Для того чтобы составить конспект необходимо выполнить последовательно следующие действия:

1. Определите цель составления конспекта.
2. Записать название конспектируемого произведения (или его части) и его выходные данные, т.е. сделать библиографическое описание документа.
3. Осмыслить основное содержание текста, дважды прочитав его.
4. Читая изучаемый материал в первый раз, подразделяйте его на основные смысловые части, выделяйте главные мысли, выводы.
5. Для составления конспекта составьте план текста – основу конспекта, сформулируйте его пункты и определите, что именно следует включить в конспект для раскрытия каждого из них.
6. Наиболее существенные положения изучаемого материала (тезисы) последовательно и кратко изложите своими словами или приводите в виде цитат, включая конкретные факты и примеры.
7. Составляя конспект, можно отдельные слова и целые предложения писать сокращенно, выписывать только ключевые слова, применять условные обозначения.
8. Чтобы форма конспекта как можно более наглядно отражала его содержание, располагайте абзацы «ступеньками» подобно пунктам и подпунктам плана, применяйте разнообразные способы подчеркивания, используйте карандаши и ручки разного цвета.
9. Используйте реферативный способ изложения (например:«Автор считает...», «раскрывает...»).
10. Собственные комментарии, вопросы, раздумья располагайте на полях.

Оформляя конспект, следует учитывать следующие правила:

1. Конспектируя, оставить место (широкие поля) для дополнений, заметок, записи незнакомых терминов и имен, требующих разъяснений.
2. Применять определенную систему подчеркивания, сокращений, условных обозначений.
3. Соблюдать правила цитирования - цитату заключать в кавычки, давать ссылку на источник с указанием страницы.
4. Научитесь пользоваться цветом для выделения тех или иных информативных узлов в тексте. У каждого цвета должно быть строго однозначное, заранее предусмотренное назначение. Например, если вы пользуетесь синими чернилами для записи конспекта, то: красным цветом - подчеркивайте названия тем, пишите наиболее важные формулы; черным - подчеркивайте заголовки подтем, параграфов, и т.д.; зеленым - делайте выписки цитат, нумеруйте формулы и т.д. Для выделения большой части текста используется отчеркивание.

В процессе конспектирования следует избегать следующих ошибок:

1. Слово в слово повторяет тезисы, отсутствует связность при пересказе.
2. Конспект не связан с планом.
3. Многословие (много вводных слов) или чрезмерная краткость, незаконченность основных смысловых положений текста.
4. При передаче содержания текста потеряна авторская особенность текста, его структура.

В процессе работы с учебником и при обработке записей лекций рекомендуется делать как можно больше схематических чертежей, зарисовок как отражающих структуру санаторно-курортных комплексов регионов, так различные классификации (ресурсов, курортов, объектов оздоровительного туризма и т.п.). Под рисунками и чертежами делают надписи, составляют краткие объяснения (примечания) к самому существенному.

Выполнению заданий, определенных в каждой теме предшествует обсуждение теоретических вопросов, вынесенных на обсуждение. На это отводиться 15-20 минут учебного времени.

При выполнении заданий практических работ следует уделить внимание оборудованию, которое необходимо для работы. Затем, уяснив суть задания необходимо определить последовательность действий, которые обеспечат его успешное выполнение. В случае, когда задание содержит план, следует придерживаться предложенной последовательности выполнения.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ.**

Самостоятельная работа обучающихся играет важную роль в воспитании сознательного отношения самих обучающихся к овладению теоретическими и практическими знаниями, привитии им привычки к направленному интеллектуальному труду. Очень важно, чтобы обучающиеся не просто приобретали знания, но и овладевали способами их добывания.

 Поэтому, одной из основных задач преподавателя является помощь обучающимся в организации их самостоятельной работы. Это особенно важно в современных условиях развития общества, когда специалисту после окончания учебного заведения приходится заниматься самообразованием - повышать уровень своих  знаний путем самостоятельного изучения

Для эффективной и полноценной внеаудиторной самостоятельной работы необходимо обучить:

- основам самостоятельной работы с книгой, журналом;

- конспектированию;

- приемам запоминания;

- подготовке сообщений, докладов, рефератов;

- приемам саморегуляции и т.д.

При организации внеаудиторной самостоятельной работы преподавателю необходимо:

- отчетливо видеть роль данной работы в общей структуре учебного процесса;

- ориентироваться в требованиях определенного уровня овладения учебным материалом;

- максимально учитывать уровень подготовленности и возможности студентов;

- предвидеть трудности, которые могут возникнуть при выполнении самостоятельной работы;

- использовать индивидуальные и дифференцированные задания;

-обоснованно выбирать объем работы;

- определять длительность самостоятельной работы с учетом ее сложности и подготовленности студентов;

- разнообразить задания по содержанию;

- подбирать рациональные способы проверки работ;

- правильно сочетать самостоятельную работу с работой под руководством преподавателя;

- проектировать самостоятельную работу с учетом достигнутого уровня.

Внеаудиторная самостоятельная работа по дисциплине, междисциплинарному курсу выполняется по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Технология организации внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся включает использование информационных и материально-технических ресурсов образовательного учреждения.

Материально-техническое и информационно-техническое обеспечение самостоятельной работы обучающихся включает в себя:

- библиотеку с читальным залом, укомплектованную в соответствии с существующими нормами;

- учебно-методическую базу учебных кабинетов, лабораторий и методического центра;

- компьютерные классы с возможностью работы в Интернет;

- аудитории (классы) для консультационной деятельности;

- учебную и учебно-методическую литературу, разработанную с учетом увеличения доли самостоятельной работы студентов, и иные методические материалы.

При планировании заданий для внеаудиторной самостоятельной работы рекомендуется использовать следующие типы самостоятельной работы:

- воспроизводящая (репродуктивная), предполагающая алгоритмическую деятельность по образцу в аналогичной ситуации;

- реконструктивная, связанная с использованием накопленных знаний и известного способа действия в частично измененной ситуации;

- эвристическая (частично-поисковая), которая заключается в накоплении нового опыта деятельности и применении его в нестандартной ситуации;

- творческая, направленная на развитие способностей обучающихся к исследовательской деятельности.

**Организация контроля внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся**

Контроль самостоятельной работы обучающихся  предусматривает:

- соотнесение содержания контроля с целями обучения;

- объективность контроля;

- валидность контроля (соответствие предъявляемых заданий тому, что предполагается проверить);

- дифференциацию контрольно-измерительных материалов.

Формы контроля самостоятельной работы

1. Просмотр и проверка выполнения самостоятельной работы преподавателем.
2. Организация самопроверки, взаимопроверки выполненного задания в группе.
3. Обсуждение результатов выполненной работы на занятии.
4. Проведение письменного опроса.
5. Проведение устного опроса.
6. Организация и проведение индивидуального собеседования.
7. Организация и проведение собеседования с группой.
8. Проведение семинаров
9. Защита отчетов о проделанной работе.
10. Организация творческих конкурсов.
11. Организация конференций.
12. Проведение олимпиад

Критерии оценки результатов самостоятельной работы

 Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся являются:

* уровень освоения учебного материала;
* уровень умения использовать теоретические знания при выполнении практических задач;
* уровень сформированностиобщеучебных умений;
* уровень умения активно использовать электронные образовательные ресурсы, находить требующуюся информацию, изучать ее и применять на практике;
* обоснованность и четкость изложения материала;
* оформление материала в соответствии с требованиями стандарта;
* уровень умения ориентироваться в потоке информации, выделять главное;
* уровень умения четко сформулировать проблему, предложив ее решение, критически оценить решение и его последствия;
* уровень умения определить, проанализировать альтернативные возможности, варианты действий;
* уровень умения сформулировать собственную позицию, оценку и аргументировать ее.

**Методические рекомендации по работе с литературой, и другими источниками**

Важной составляющей самостоятельной внеаудиторной подготовки является работа с литературой ко всем видам занятий: семинарским, практическим, при подготовке к зачетам, экзаменам, тестированию, участию в научных конференциях.

Умение работать с литературой означает научиться осмысленно пользоваться источниками. Прежде чем приступить к освоению научной литературы, рекомендуется чтение учебников и учебных пособий.

Существует несколько методов работы с литературой. Один из них – самый известный – метод повторения: прочитанный текст можно заучить наизусть. Простое повторение воздействует на память механически и поверхностно. Полученные таким путем сведения легко забываются.

Наиболее эффективный метод – метод кодирования: прочитанный текст нужно подвергнуть большей, чем простое заучивание, обработке. Чтобы основательно обработать информацию и закодировать ее для хранения, важно произвести целый ряд мыслительных операций: прокомментировать новые данные; оценить их значение; поставить вопросы сопоставить полученные сведения с ранее известными. Для улучшения обработки информации очень важно устанавливать осмысленные связи, структурировать новые сведения. Изучение научной, учебной и иной литературы требует ведения рабочих записей. Форма записей может быть весьма разнообразной: простой или развернутый план, тезисы, цитаты, конспект.

**План** – первооснова, каркас какой-либо письменной работы, определяющие последовательность изложения материала. План является наиболее краткой и потому самой доступной и распространенной формой записей содержания исходного источника информации. По существу, это перечень основных вопросов, рассматриваемых в источнике. План может быть простым и развернутым. Их отличие состоит в степени детализации содержания и, соответственно, в объеме. Преимущество плана состоит в следующем. Во-первых, план позволяет наилучшим образом уяснить логику мысли автора, упрощает понимание главных моментов произведения. Во-вторых, план позволяет быстро и глубоко проникнуть в сущность построения произведения и, следовательно, гораздо легче ориентироваться в его содержании. В-третьих, план позволяет – при последующем возвращении к нему быстрее обычного вспомнить прочитанное. В-четвертых, с помощью плана гораздо удобнее отыскивать в источнике нужные места, факты, цитаты и т. д.

**Выписки** – небольшие фрагменты текста (неполные и полные предложения, отдельные абзацы, а также дословные и близкие к дословным

записи об излагаемых в нем фактах), содержащие в себе квинтэссенцию содержания прочитанного. Выписки представляют собой более сложную форму записей содержания исходного источника информации. По сути, выписки – не что иное, как цитаты, заимствованные из текста. Выписки позволяют в концентрированной форме и с максимальной точностью воспроизвести в произвольном (чаще последовательном) порядке наиболее важные мысли автора, статистические и даталогические сведения. В отдельных случаях — когда это оправданно с точки зрения продолжения работы над текстом – вполне допустимо заменять цитирование изложением, близким к дословному.

**Тезисы** – сжатое изложение содержания изученного материала в утвердительной (реже опровергающей) форме. Отличие тезисов от обычныхвыписок состоит в следующем: тезисам присуща значительно более высокая степень концентрации материала; в тезисах отмечается преобладание выводов над общими рассуждениями; чаще всего тезисы записываются близко к оригинальному тексту, т. е. без использования прямого цитирования. Исходя из сказанного, нетрудно выявить основное преимущество тезисов: они незаменимы для подготовки глубокой и всесторонней аргументации письменной работы любой сложности, а также для подготовки выступлений на защите, докладов и пр.

**Аннотация** – краткое изложение основного содержания исходного источника информации, дающее о нем обобщенное представление. К написанию аннотаций прибегают в тех случаях, когда подлинная ценность и

пригодность исходного источника информации исполнителю письменной

работы окончательно неясна, но в то же время о нем необходимо оставить

краткую запись с обобщающей характеристикой. Для указанной цели и используется аннотация. Характерной особенностью аннотации наряду с краткостью и обобщенностью ее содержания является и то, что пишется аннотация всегда после того, как (хотя бы в предварительном порядке) завершено ознакомление с содержанием исходного источника информации. Кроме того, пишется аннотация почти исключительно своими словами и лишь в крайне редких случаях содержит в себе небольшие выдержки оригинального текста.

**Резюме** – краткая оценка изученного содержания исходного источника информации, полученная, прежде всего, на основе содержащихся в нем выводов. Резюме весьма сходно по своей сути с аннотацией. Однако, в отличие от последней, текст резюме концентрирует в себе данные не из основного содержания исходного источника информации, а из его заключительной части, прежде всего выводов. Но, как и в случае с аннотацией, резюме излагается своими словами – выдержки из оригинального текста в нем практически не встречаются.

**Конспект** – сложная запись содержания исходного текста, включающая

в себя заимствования (цитаты) наиболее примечательных мест в сочетании с

планом источника, а также сжатый анализ записанного материала и выводы

по нему. Для работы над конспектом следует:

* определить структуру конспектируемого материала, чему в значительной мере способствует письменное ведение плана по ходу изучения оригинального текста;
* в соответствии со структурой конспекта произвести отбор и последующую запись наиболее существенного содержания оригинального текста — в форме цитат или в изложении, близком к оригиналу;
* выполнить анализ записей и на его основе – дополнение записей собственными замечаниями, соображениями, "фактурой", заимствованной из других источников и т. п. (располагать все это следует на полях тетради для записей или на отдельных листах-вкладках);
* завершить формулирование и запись выводов по каждой из частей оригинального текста, а также общих выводов. Систематизация изученных источников позволяет повысить эффективность их анализа и обобщения. Итогом этой работы должна стать логически выстроенная система сведений по существу исследуемого вопроса. Необходимо из всего материала выделить существующие точки зрения на проблему, проанализировать их, сравнить, дать им оценку. Кстати, этой процедуре должны подвергаться и материалы из Интернета во избежание механического скачивания готовых текстов. В записях и конспектах обучающемусяочень важно указывать названия источников, авторов, год издания. Это организует его, а главное, пригодится в последующем обучении. Безусловно, студент должен взять за правило активно работать с литературой не только в библиотеке своего учебного заведения, но и в других библиотеках, используя, в том числе, их компьютерные возможности (электронная библиотека в сети Интернет).
* **Доклад** – это вид самостоятельной работы студентов, заключающийся в разработке студентами темы на основе изучения литературы и развернутом публичном сообщении по данной проблеме. Отличительными признаками доклада являются:

- передача в устной форме информации;

- публичный характер выступления;

- стилевая однородность доклада;

- четкие формулировки и сотрудничество докладчика и аудитории;

- умение в сжатой форме изложить ключевые положения исследуемого вопроса и сделать выводы.

 В ходе самостоятельной подготовки к семинарским занятиям, особенно по гуманитарным дисциплинам, студентами может использоваться, к примеру, так называемый метод контрфактического моделирования событий, который научит их самостоятельно рассуждать о минувших, а также современных событиях, покажет мотивы принятия людьми решений, причины совершенных ошибок. Такая работа, в процессе которой студенту приходится сравнивать, сопоставлять, выявлять логические связи и отношения, применять методы анализа и синтеза, позволит успешно в дальнейшем подготовиться к зачетам, экзаменам и тестированию. Тестирование ориентировано в целом на проверку блоков проблем, способствует систематизации изученного материала, проверке качества его усвоения. Серьезная и методически грамотно организованная работа по подготовке к семинарским занятиям, написанию письменных работ значительно облегчит подготовку к экзаменам и зачетам. Основными функциями экзамена, зачета являются: обучающая, оценочная и воспитательная. Экзамены и зачеты позволяют выработать ответственность,

* трудолюбие, принципиальность. При подготовке к зачету, экзамену студент
* повторяет, как правило, ранее изученный материал. В этот период сыграют
* большую роль правильно подготовленные заранее записи и конспекты. Студенту останется лишь повторить пройденное, учесть, что было пропущено, восполнить пробелы при подготовке к семинарам, закрепить ранее изученный материал. Доклад может быть продублирован в письменной форме.