Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Богдалова Елена Владимировна
Должность: Проректор по образовательной деятельности
Дата подписания: 07.10.2026 12:33:17
Уникальный программный ключ:
ec85dd5a839619d48ea76b2d23dba88a9c82091a

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение инклюзивного высшего образования

«Российский государственный университет социальных технологий»

(ФГБОУ ИВО «РГУ СоцТех»)

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по образовательной деятельности

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

ОУП.10 - Основы безопасности и защиты Родины

34.02.01 Сестринское дело

Квалификация: медицинская сестра / медицинский брат

Форма обучения очная

на базе основного общего образования
срок обучения 2 года 10 месяцев

Москва 2026

Содержание

1. Паспорт фонда оценочных средств
2. Перечень оценочных средств
3. Описание показателей и критериев оценивания компетенций
4. Оценочные средства, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения основной образовательной программы
5. Критерии и шкала оценивания компетенций на различных этапах их формирования
6. Описание процедуры оценивания знаний и умений, характеризующих этапы формирования компетенций

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

ОУП. 10 - Основы безопасности и защиты Родины

Оценочные средства составляются в соответствии с рабочей программой дисциплины (модуля) и представляют собой совокупность контрольно-измерительных материалов (типовые задачи (задания), контрольные работы, тесты и др.), предназначенных для измерения уровня достижения обучающимися установленных результатов обучения.

Оценочные средства используются при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Таблица 1 - Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения дисциплины

Код	***Наименование компетенции***
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к раз- личным контекстам
ОК 02	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности
ОК 03	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.
ОК 04	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.
ОК 06	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведе- ние на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармо- низации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты анти- коррупционного поведения.
ОК 07	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

2. ПЕРЕЧЕНЬ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
1	Разноуровневые задания	Различают задания а) репродуктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать знание фактического материала (базовые понятия, алгоритмы, факты) и умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; б) реконструктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей; в) творческого уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения, интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения.	Комплект разноуровневых заданий
2	Реферат	Продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее.	Темы рефератов
3	Устный опрос	Средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п.	Вопросы по темам/разделам дисциплины
4	Тест	Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося.	Тестовые задания

2. ОПИСАНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И КРИТЕРИЕВ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

Оценивание результатов обучения по дисциплине ОУП. 10-Основы безопасности и защиты Родины осуществляется в соответствии с Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль (осуществление контроля всех видов аудиторной и внеаудиторной деятельности обучающегося с целью получения первичной информации о ходе усвоения отдельных элементов содержания дисциплины) и промежуточная аттестация (оценивается уровень и качество подготовки по дисциплине в целом).

Показатели и критерии оценивания компетенций, формируемых в процессе освоения данной дисциплины, описаны в таблицах ниже

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ОТВЕТОВ НА УСТНЫЕ ВОПРОСЫ

№ п/п	критерии оценивания	оценка/зачет
1.	1) полно и аргументированно отвечает по содержанию задания;) обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; 3) излагает материал последовательно и правильно.	отлично
2.	студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «5», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет.	хорошо
3.	ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данного задания, но: 1) излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; 2) не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; 3) излагает материал непоследовательно и допускает ошибки.	удовлетворите льно
4.	студент обнаруживает незнание ответа на соответствующее задание, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал; отмечаются та- кие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.	неудовлетворите льно

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ РЕШЕНИЯ ЗАДАЧ

№	Критерии оценивания	Оценка/зачет

п/п		
1	Полное верное решение. В логическом рассуждении и решении нет ошибок, задача решена рациональным способом. Получен правильный ответ. Ясно описан способ решения.	отлично
2	Решение в целом верное. В логическом рассуждении и решении нет существенных ошибок, но задача решена неоптимальным способом или допущено не более двух незначительных ошибок. В работе присутствуют арифметическая ошибка, механическая ошибка или описка при переписывании выкладок или ответа, не исказившие экономическое содержание ответа.	хорошо
3	Имеются существенные ошибки в логическом рассуждении и в решении. Рассчитанное значение искомой величины искажает экономическое содержание ответа. Доказаны вспомогательные утверждения, помогающие в решении задачи.	удовлетворительно
4	Решение неверное или отсутствует.	неудовлетворительно

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕФЕРАТА

№ п/п	Критерии оценивания	Оценка/зачет
1.	ответ аргументирован, обоснован и дана самостоятельная оценка изученного материала	отлично
2.	ответ аргументирован, последователен, но допущены некоторые неточности	хорошо
3.	ответ является неполным и имеет существенные логические несоответствия	удовлетворительно
4.	в ответе отсутствует аргументация, тема не раскрыта	неудовлетворительно

Если студенческая работа отвечает всем требованиям критериев, то ей дается оценка ***отлично***. Если при оценивании половина критерием отсутствует, то работа оценивается ***удовлетворительно.*** При незначительном нарушении или отсутствии каких-либо параметров в работе, она оценивается ***хорошо.***

КРИТЕРИИ И ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

№ п/п	Критерии оценивания	Оценка/зачет
1	Оценка «отлично» выставляется студенту, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал различной литературы, правильно обосновывает принятое нестандартное решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач по формированию общепрофессиональных компетенций.	*«отлично»/ «зачтено»*
2	Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения, а также имеет достаточно полное представление о значимости знаний по дисциплине.	*«хорошо»/ «зачтено»*
3	Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает сложности при выполнении практических работ и затрудняется связать теорию вопроса с практикой.	*«удовлетворительно»/ «зачтено»*
4	Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, неуверенно отвечает, допускает серьезные ошибки, не имеет представлений по методике выполнения практической работы. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится студентам, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по данной дисциплине.	*«неудовлетворительно»/ «не зачтено»*

КРИТЕРИИ И ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ УРОВНЕЙ ОСВОЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

Шкала оценивания	Уровень освоенности компетенции	Результаты освоенности компетенции

Отлично	Высокий	студент, овладел элементами компетенции «знать», «уметь» и «владеть», проявил всесторонние и глубокие знания программного материала по дисциплине, освоил основную и дополнительную литературу, обнаружил творческие способности в понимании, изложении и практическом использовании усвоенных знаний.
Хорошо	Базовый	студент овладел элементами компетенции «знать» и «уметь», проявил полное знание программного материала по дисциплине, освоил основную рекомендованную литературу, обнаружил стабильный характер знаний и умений и проявил способности к их самостоятельному применению и обновлению в ходе последующего обучения и практической деятельности.
Удовлетворительно	Нормативный	студент овладел элементами компетенции «знать», проявил знания основного программного материала по дисциплине в объеме, необходимом для последующего обучения и предстоящей практической деятельности, изучил основную рекомендованную литературу, допустил неточности в ответе на экзамене, но в основном обладает необходимыми знаниями для их устранения при корректировке со стороны экзаменатора.
Неудовлетворительно	Компетенции не сформированы	студент не овладел ни одним из элементов компетенции, обнаружил существенные пробелы в знании основного программного материала по дисциплине, допустил принципиальные ошибки при применении теоретических знаний, которые не позволяют ему продолжить обучение или приступить к практической деятельности без дополнительной подготовки по данной дисциплине.

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения

Методические рекомендации по подготовке к устному опросу

Одной из форм самостоятельной работы студентов является подготовка к устному опросу. Для подготовки к опросу студенту рекомендуется изучить лекционный материал, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов по соответствующей теме.

Эффективность подготовки студентов к устному опросу зависит от качества ознакомления с научной и методической литературой. При подготовке к опросу студентам рекомендуется обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения, составить тезисы выступления по отдельным проблемным аспектам.

Методические рекомендации по выполнению тестовых заданий

Тесты – это вопросы или задания, предусматривающие конкретный, краткий, четкий ответ на имеющиеся эталоны ответов.

По форме тестовые задания могут быть весьма разнообразны.

К первой группе относятся задания закрытой формы с единственным правильным ответом из нескольких представленных.

Вторую группу составляют задания открытой формы, где ответ вводится самостоятельно в поле ввода.

Третья группа представлена заданиями на установление соответствия, в которых элементом одного множества требуется поставить в соответствие элементы другого множества.

В четвертой группе тестов требуется установить правильную последовательность вычислений или каких-то действий, шагов, операций и т. п., используются задания на установление правильной последовательности.

При подготовке к тестированию студент должен придерживаться следующих рекомендаций:

- внимательно изучить основные вопросы темы
- найти и проработать соответствующие разделы в рекомендованных нормативных документах, учебниках и дополнительной литературе;
- выяснить условия тестирования;
- внимательно прочесть вопрос и предлагаемые варианты ответов. Выбрать правильные (их может быть несколько). На отдельном листке ответов написать цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам;
- в процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания, что позволит максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант;
- на трудный вопрос не тратить много времени, а переходить к следующему. К трудному вопросу можно вернуться позже;
- оставить время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.

Методические рекомендации по выполнению разноуровневых заданий

Разноуровневые задания представляют собой систему упражнений, позволяющих оценить учебные достижения студента на трёх уровнях: репродуктивном, реконструктивном и творческом. Выполнение таких заданий помогает преподавателю диагностировать не только знание фактов, но и глубину понимания, умение анализировать и синтезировать информацию, а также способность к самостоятельной аргументации и переносу знаний в новые контексты. Рекомендуется последовательно осваивать задания от репродуктивного уровня к творческому.

Задания репродуктивного уровня оценивают знание базовых понятий, алгоритмов, фактов, умение использовать специальные термины и узнавать объекты изучения. Для подготовки необходимо повторить терминологию и определения по конспектам и учебнику. При выполнении заданий закрытого типа внимательно читайте вопрос и все варианты ответов, исключайте заведомо неверные. В заданиях открытой формы давайте краткий точный ответ, используя научные термины, избегая бытовых формулировок. При узнавании объектов соотносите признак с определением, опираясь на ключевые отличительные характеристики. После выполнения проверьте себя: нет ли подмены понятий или пропуска важного признака.

Задания реконструктивного уровня оценивают умение анализировать, обобщать, устанавливать причинно-следственные связи и формулировать выводы. При подготовке составьте опорный конспект, отражающий логику темы. В ходе выполнения выделите все элементы условия, определите явные и скрытые связи, примените сравнение, классификацию или обобщение. Для причинно-следственных связей стройте цепочку: «Если А, то Б, потому что...», не путайте следствие с временной последовательностью. Избегайте подмены анализа пересказом – отвечайте на вопрос «почему?», а не «что?». Вывод должен прямо вытекать из приведённых фактов и объяснять суть явления.

Задания творческого уровня оценивают умение интегрировать знания из разных областей, аргументировать свою точку зрения и предлагать решения в нетипичных ситуациях. Не ищите готовый ответ – сконструируйте его самостоятельно. Сначала сформулируйте проблему своими словами, определите границы известного и неизвестного, привлеките знания из других разделов.

Затем предложите два-три варианта подхода, даже нестандартных. Выберите лучший и выстройте аргументацию трёх типов: теоретическую (ссылки на научные положения), эмпирическую (факты, примеры) и логическую (рассуждения «если – то», доказательство от противного). Рассмотрите возможные контраргументы и покажите, почему они не опровергают вашу позицию. Помните: творческий уровень не требует единственно верного ответа, но требует научной корректности и убедительности.

Дискуссия в процессе обучения

Подготовка и проведение дискуссии является значимым этапом освоения учебного материала, а также выступает одной из форм контроля выполнения студентом самостоятельной работы по конкретным разделам учебных дисциплин.

Дискуссия (от лат. discussio – «исследование») – это публичный диалог, в процессе которого сталкиваются различные, противоположные точки зрения. Целью дискуссии является выяснение и сопоставление позиций, поиск правильного решения, выявление истинного мнения. Учебная дискуссия отличается тем, что ее проблематика нова лишь для группы лиц, участвующих в дискуссии; ее ориентировочный результат известен организатору. Цель учебной дискуссии: овладение участниками методами ведения обсуждения, поиска и формулирования аргументов, их анализа. Грамотно организованная учебная дискуссия является фактором развития коммуникативных и аналитических способностей, позволяет выявить уровень представлений по определенной теме, проблеме.

Форма дискуссии представляет собой обмен мнениями во всех его формах. Соответствующий метод обучения заключается в проведении обсуждений по конкретной проблеме.

Последовательность этапов дискуссии включает:

– поиск и определение проблемы (затруднения), решаемые групповыми методами (путем выработки общего подхода, достижения согласия);

– формулировка проблемы в ходе группового анализа, обсуждения; анализ проблемы;

– попытки найти решение проблемы (они могут представлять собой процесс, включающий обсуждение, сбор данных, привлечение дополнительных источников информации и т.д.; группа делает предварительные выводы, проводит сбор мнений и т.д., продвигаясь к согласию).

На первом этапе осуществляется выбор темы. Тема может быть предложена преподавателем, подсказана конкретной ситуацией/событием или определена на основе предварительной беседы. Для обеспечения результативности дискуссии предполагается глубокое изучение вопроса, который будет обсуждаться.

Второй этап – это собственно проведение дискуссии. Дискуссия открывается вступительным словом ведущего. Он объявляет тему, дает ее обоснование, выделяет предмет спора — положения и суждения, подлежащие обсуждению. Участники дискуссии должны четко представлять, что является пунктом разногласий, а также убедиться, что нет терминологической путаницы, что они в одинаковых значениях используют слова. Поэтому ведущий определяет основные понятия через дефиницию, контрастные явления, конкретизаторы (примеры), синонимы и т.п. Стороны аргументируют защищаемый тезис, а также возражения по существу изложенных точек зрения, задают вопросы разных типов.

Успех дискуссии во многом зависит от ведущего, которому необходимо:

– заинтересовать участников дискуссии, настроить их на полемический лад, создать обстановку, при которой каждый студент не только не стеснялся бы высказывать свое мнение, но и стремился его отстаивать;

– не препятствовать желающим выступать, но и не принуждать к выступлению, стараться, чтобы сформировалась атмосфера искренности и откровенности;

– стимулировать активность участников, задавать острые, активизирующие вопросы, если спор начинает гаснуть.

В этом помогают следующие приемы: парадокс, неожиданное суждение, своеобразное мнение, резко расходящееся с общепринятым, даже противоречащее на первый взгляд здравому смыслу; неожиданный вопрос; реплика – краткое возражение, замечание с места, которое тоже настраивает на дискуссию, свидетельствует об активности слушателя, его желании уяснить

вопрос, проверить свою точку зрения. сопоставить различные точки зрения, обобщить их с тем, чтобы позиции участников дискуссии были представлены как можно отчетливее, направлять дискуссию в русло намеченной цели; не исправлять заблуждающихся, предоставлять такую возможность слушателям; когда это целесообразно, вопрос, адресованный ведущему, переадресовать слушателям; корректировать, направлять дискуссионный диалог на соответствие его цели, теме, подчеркивая то общее, что есть во фразах спорящих; выбрать подходящий момент для окончания дискуссии, не нарушая логику развития спора.

Любой спор, даже идущий по всем правилам логики, может погубить одно обстоятельство: если участники дискуссии забывают об этике спора.

Для студентов крайне важно помнить о правилах спора, к которым относятся следующие:

– прежде чем выступать, следует определить, какова необходимость вступать в спор;
– необходимо тщательно продумать то, о чем будете говорить;
– краткое и ясное изложение своей точки зрения: речь должна быть весома и убедительна;
– лучшим доказательством или способом опровержения являются точные и бесспорные факты; если доказана ошибочность мнения, следует признать правоту своего «противника»;
– начинайте возражать только тогда, когда вы уверены, что мнение собеседника действительно противоречит вашему;
– вначале приводите только сильные доводы, а о слабых говорите после и как бы вскользь;
– следите за тем, чтобы в ваших рассуждениях не было логических ошибок;
– необходимо помнить о культуре общения, уметь выслушать другого, уловить его позицию, не повышать голос, не прерывать выступающего, не делать замечаний, касающихся личных качеств участников обсуждения, избегать поспешных выводов; не следует вступать в пререкания с ведущим по ходу проведения дискуссии, в процессе спора старайтесь убедить, а не уязвить оппонента.

На третьем заключительном этапе подводятся итоги дискуссии.

В конце отмечается, достигнут ли результат, формируется вариант согласованной точки зрения или обозначаются выявленные противоположные позиции, их основная аргументация. Ведущий в заключительном слове характеризует состояние вопроса, а также отмечает наиболее конструктивные, убедительные выступления, тактичное поведение некоторых коммуникантов.

На данном этапе студентам предлагается оценить результативность дискуссии по следующим критериям:

– системность, точность и логичность изложенных аргументов;
– последовательность, ясность и полнота сделанных выводов;
– умение слушать оппонентов, принимать и оценивать их позицию;
– владение культурой речи, степень включенности в дискуссию каждого участника и проявления интереса к обсуждаемым вопросам.

Дискуссия требует строгого распределения времени. Время – чрезвычайно большая ценность. На каждое выступление в дискуссии отводится не более 3 минут. По истечении этого времени выступающему дается шанс кратко завершить свою мысль и аргументы, после чего он лишается слова. Для изложения мнения эксперта или программного выступления отводится от 5 до 15 минут.

5. Материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации

Примеры ситуационных задач (разноуровневые задания)

Раздел 1. Мир опасностей современной молодежи

Тема 1.2. Как выявить опасности развития

Задание 1. Рассмотрите запрещающие и предупреждающие об опасностях знаки. Выберите для них названия. Поставьте номер с правильным названием под соответствующим знаком.

Знаки А, Б, В, Г, Д, Е. Названия:

1. "Запрещается пользоваться колюще-режущими предметами".
2. "Опасность поражения электрическим током".
3. "Запрещается пользоваться мобильным телефоном или переносной рацией".
4. "Запрещается бросать непотушенную сигарету".
5. "Курить запрещено".
6. "Опасно. Вентилятор".
7. "Опасность поражения молнией".
8. "Опасно. Радиоактивные вещества или ионизирующее излучение".
9. "Запрещается принимать пищу".
10. "Опасно. Ядовитые вещества".

Ответы: А - 9, Б - 5, В - 3, Г - 2, Д - 8, Е - 10.

Задание 2. Вставьте пропущенные слова. Воспользуйтесь СЛОВАМИ-ПОМОЩНИКАМИ (слова-помощники записаны в именительном падеже. Подставляя их в предложения, меняйте падеж, если это необходимо).

1. Желай обеспечить свою .
2. Активно пополняй свои и опыт.
3. Учись делать из отрицательного опыта.
4. Развивай внимательность, и смекалку.
5. Соблюдай и правила .

СЛОВА-ПОМОЩНИКИ: выводы, безопасность, техника безопасности, наблюдательность, знания, инструкции.

Ответ: 1 - безопасность, 2 - знания, 3 - выводы, 4 - наблюдательность, 5 - инструкции, техники безопасности.

Тема 1.6. Как выявить и описать опасности на рабочем месте

Задание 1. Охарактеризуйте основные опасности, возникающие на рабочем месте медицинского работника, заполните таблицу.

Рабочее место	Оборудование, инструмент	Перечень выполняемых работ	Основные опасности
медицинская сестра	шприц	проведение инъекций	(заполняется студентом)

Задание 2. Указать вредные токсичные вещества, используемые при выполнении работ. Указать средства индивидуальной защиты.

Раздел 2. Методы оценки риска

Тема 2.2. Как оценить риски на дорогах

Задание 1. Подберите необходимые статистические данные для расчета риска гибели/травмирования для участника дорожного движения по вариантам.

Тема 2.3. Как оценить риски в ситуации пожара в общественном месте (ЧС)

Задание 1. Ознакомьтесь с сигналами оповещения, разделив их на три группы. Дайте названия этим группам и запишите номера сигналов оповещения, которые им соответствуют.

СИГНАЛЫ ОПОВЕЩЕНИЯ: 1. Магнитофонная запись сообщения. 2. Гудки. 3. Мигающее световое табло. 4. Сирена. 5. Звонки. 6. Светящиеся указатели.

Ответ: РЕЧЕВЫЕ: 1; ЗВУКОВЫЕ: 2, 4, 5; СВЕТОВЫЕ: 3, 6.

Задание 3. Вставьте пропущенные слова.

1. Организованный вывод (вывоз) людей из опасного места называется .
2. Документ, в котором указаны пути и выходы, установлены правила поведения людей, а также порядок и последовательность действий обслуживающего персонала на объекте при возникновении чрезвычайной ситуации - это .
3. Своевременное предупреждение о надвигающейся опасности, а также информирование о порядке поведения в создавшихся условиях называется .
4. Неконтролируемый процесс горения - это .
5. Техническое устройство для перевозки по вертикали между этажами зданий или уровнями шахт людей, оборудования или грузов в кабине, которым нельзя пользоваться во время пожара - это .
6. Гудки, звонки, сирены относятся к сигналам оповещения.

Ответ: 1 - эвакуацией, 2 - план эвакуации, 3 - оповещением, 4 - пожар, 5 - лифт, 6 - звуковым.

Тема 2.5. Как оценить риски для здоровья в подростковом возрасте

Задание 1. Заполните таблицу "Факторы, влияющие на здоровье".

Факторы, влияющие на здоровье	Удельный вес фактора	Факторы риска
Биологические факторы (наследственность)		
Окружающая среда (природная, техногенная, социальная)		
Служба здоровья		
Индивидуальный образ жизни		

Тема 2.6. Как оценить риск реализации ситуации, актуальной для обучающихся

Задание 1. Из приведенных названий объектов города (поселка) выберите безопасные и опасные с криминогенной точки зрения: а) опасные; б) безопасные объекты.

(Оживленная магистраль, бар, ресторан, отделение милиции, пожарная часть, магазин, темная улица, подворотня, поликлиника, школа, чердаки и подвалы, пустынные скверы, пустой вагон электрички, почта, темный подъезд)

Задание 2. Заполните таблицу о действиях в указанных ситуациях.

Ситуация	Действия
Вы возвращаетесь домой поздно вечером в общественном транспорте. Что следует предпринимать в целях безопасности?	
Вы на улице с крупной сумкой денег. Где вы будете держать деньги?	
Вечером вы идете по тротуару. Рядом притормозила машина, и вас приглашают прокатиться. Что вы предпримете?	
Вы зашли в кафе. Какое место лучше занять с точки зрения безопасности?	

Задание 3. Решите ситуационные задачи:

Задача № 1. Вас обокрали (на улице, в магазине, в транспорте). Вы успели заметить момент кражи. Перечислите последовательность ваших действий.

Задача № 2. Вы едете на курорт или в незнакомый город. Ваши действия по сохранению личной безопасности в поезде и отеле?

Задание 4. Выберите неправильный ответ: "Какое из перечисленных ниже правил НЕ относится к общим правилам личной безопасности в криминогенных ситуациях?"

А) не ходите с незнакомым человеком в лифт
Б) не принимайте подарки и угощения от незнакомых людей
В) соблюдайте правила безопасного поведения в общественных местах и в толпе
Г) не пользуйтесь никогда метрополитеном

Раздел 3. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций

Тема 3.2. Как снизить риски для здоровья. Профилактика заболеваний. Здоровый образ жизни

Задание 1. Заполните схему "Основные составляющие здорового образа жизни".

Задание 2. Известный русский физиолог Н.Е. Введенский (1852-1922) отмечал, что устают не столько оттого, что много работают, сколько оттого, что плохо работают, не умеют организовать свой труд. Он выдвинул ряд условий для достижения высокой работоспособности, а значит, и высокого уровня здоровья (перечислить).

Тема 3.3. Как защититься от опасностей на дорогах

Задание 1. Вставьте пропущенные слова.

1. Пересекать проезжую часть дороги можно только по .
2. Нельзя переходить проезжую часть дороги на переходе, если сигнал пешеходного светофора .

3. Если нет пешеходного перехода, то дорогу переходи не бегом, а и в направлении, а не наискосок, предварительно убедившись, что нет приближающихся машин.

4. Если есть тротуар, то нельзя идти по части.

5. Не останавливайся в непосредственной близости от проходящего , потому что выступающие детали могут зацепиться за одежду и столкнуть тебя на проезжую часть.

6. После выхода из общественного транспорта переходить дорогу надо только по .

Ответ: 1 - пешеходному переходу, 2 - красный, 3 - шагом, прямом, 4 - проезжей, 5 - автомобиля (транспорта), 6 - пешеходному переходу.

Тема 3.4. Как безопасно вести себя в ситуации пожара в общественном месте

Задание 1. Вставьте пропущенные слова, пользуясь словами-помощниками. (Слова-помощники записаны в именительном падеже, если это имена существительные, и в неопределенной форме, если это глаголы. Подставляя их в предложения, меняйте падеж и форму, если это необходимо).

По задымленному помещению, коридору передвигайся или , так как внизу меньше . Дыши через , прикрыв ею и . Чтобы уберечься от огня, накинь на себя . Убедившись, что в квартире все в порядке, а дым проникает с лестничной площадки, срочно звони в по телефону "01" ("112"). Если входная дверь сильно , то не открывай ее, а поливай и заделывай . Пока есть возможность, лучше взять наиболее ценное и выйти . Не следует пользоваться . Они и так иногда застревают.

СЛОВА-ПОМОЩНИКИ: пожарная служба, щели, лифт, четвереньки, влажная ткань, ползком, рот, мокрое одеяло, нос, дым, улица, нагреться, вода.

Ответ: 1 - на четвереньках, ползком, дыма; 2 - влажную ткань, рот, нос; 3 - мокрое одеяло; 4 - пожарную службу; 5 - нагрелась, водой, щели; 6 - на улицу; 7 - лифтом.

Тема 3.5. Как безопасно вести себя в ситуации захвата заложников в общественном месте (ЧС)

Задание 1. Оцените верность высказываний. Если высказывание верно, поставьте знак "+", если неверно - знак "-".

1. Слово "террор" в переводе означает "война".

2. Если вы обнаружили подозрительный предмет, не трогайте его, предупредите окружающих и сообщите о находке в полицию.

3. При захвате самолета террористами выполняйте, по возможности, требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной, старайтесь не допускать истерик и паники.

4. При штурме самолета группой захвата бегите навстречу сотрудникам спецслужб.

5. При применении слезоточивого газа дышите через мокрый платок и часто моргайте.

6. При угрозе взрыва не спешите покидать взрывоопасное место.

Ответ: 1.-; 2.+; 3.+; 4.-; 5.+; 6.-.

Задание 2. Вставьте пропущенные слова, пользуясь словами-помощниками. (Слова-помощники записаны в именительном падеже, если это имена существительные, и в неопределенной форме, если это глаголы. Подставляя их в предложения, меняйте падеж и форму, если это необходимо).

ПРИ ЗАХВАТЕ САМОЛЕТА ТЕРРОРИСТАМИ:

1. Оставайтесь на своем .
2. Выполняйте террористов.
3. конфликтных ситуаций.
4. на все разрешение.
5. При применении слезоточивого газа через мокрый .
6. При штурме самолета ложитесь на .
7. Покидайте самолет только после специального .

СЛОВА-ПОМОЩНИКИ: не создавать, разрешение, дышать, пол, платок, спрашивать, место, требования.

Ответ: 1 - месте; 2 - требования; 3 - не создавайте; 4 - спрашивайте; 5 - дышите, платок; 6 - пол; 7 - разрешения.

Раздел 4. Основы военной службы

Тема 4.3. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Тренинг бесконфликтного общения и саморегуляции

Задание 1. Подберите правильные ответы, расположенные в колонке 2, на вопросы из колонки 1 или продлите предложение.

(Таблица на сопоставление понятий по конфликтологии: конфликт, стратегия поведения, виды конфликтов, проявления конфликтного поведения, стратегии поведения в конфликтной ситуации, примеры слов-конфликтогенов и т.д.)

Задание 2. Расставьте этапы протекания конфликта в правильном порядке.

1. Начало открытого конфликтного взаимодействия.
2. Возникновение конфликтной ситуации.
3. Развитие открытого конфликта.
4. Осознание наличия конфликтной ситуации ее участниками.
5. Разрешение конфликта.

Задание 3. Решите ситуационную задачу. Две фирмы одновременно стремятся занять одно и то же помещение для работы. Определите правильную стратегию поведения в данной конфликтной ситуации.

Задание 4. Что такое совесть и нужна ли она современному человеку? (не более 10 предложений)

Раздел 5. Основы медицинских знаний

Тема 5.1. Помощь при состояниях, вызванных нарушением сознания

Задание 1. Укажите вид мероприятий по первой медицинской помощи при различных заболеваниях (обморок, коллапс, инфаркт миокарда, гипертонический криз, бронхиальная астма, анафилактический шок, судороги, "острый живот"): причины, симптомы, первая медицинская помощь, объяснение.

Задание 2. Укажите порядковыми номерами последовательность проведения искусственной вентиляции легких способом "рот в рот":

( ) открыть рот пострадавшего и, если есть содержимое в полости рта, очистить двумя пальцами, обернутыми какой-либо тканью;
( ) уложить пострадавшего на спину, на твердую поверхность;
( ) двумя пальцами правой руки, поддерживающей голову, зажать нос пострадавшего, сделать глубокий вдох;
( ) совершить форсированный выдох, вдувая свой выдыхаемый воздух в легкие пострадавшего;
( ) следить, чтобы грудная клетка приподнималась при каждом вдувании;
( ) голову пострадавшего максимально откинуть назад;
( ) губами обхватить приоткрытый рот пострадавшего (через марлевую салфетку или чисту́ю носовой платок).

Тема 5.2. Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок оказания. Алгоритм помощи пострадавшим при ДТП и ЧС

Задание 1. Укажите последовательность и вид мероприятий по оказанию первой медицинской помощи при переломах. В скобках запишите способ, которым следует выполнять каждое мероприятие.

Мероприятия	Закрытый перелом	Открытый перелом
Обезболивание		
Асептическая повязка		
Кровоостанавливающий жгут		
Защита костных выступов		
Наложение шины		
Придание среднефизиологического положения конечности		

Задание 2. Сравните признаки вывиха и закрытого перелома. Заполните таблицу.

Признаки	Вывих	Закрытый перелом
Характер боли		
Изменение формы		
Положение конечности		
Движение поврежденной части тела		

Признаки Вывих Закрытый перелом

Отечность

Кровоподтек

Тема 5.3. Алгоритм помощи при кровотечениях и ранениях

Задание 1. Запишите признаки основных осложнений ран: болевой шок, кровопотеря, инфицирование.

Задание 2. Закончите схему (виды кровотечений по характеру поврежденного сосуда: артериальное, венозное, капиллярное, паренхиматозное).

Задание 3. Сравните признаки кровотечений. Как различается первая помощь при остановке кровотечений разного вида? Заполните таблицу.

Виды кровотечения Признаки Способы остановки

венозное

артериальное

капиллярное

паренхиматозное

Задание 4. Отметьте значком "+", к какому виду кровотечения относятся указанные признаки (артериальное, венозное, капиллярное, паренхиматозное). Признаки: цвет яркий, цвет темный, цвет смешанный, необильное кровотечение, кровотечение легко остановить, кровь вытекает высоким фонтаном, кровь течет спокойной непрерывной струей, кровотечение возникает при нарушении губчатого органа, кровь выступает на поверхности раны в виде росы, большая кровопотеря, кровь идет пульсирующей струей, кровь очень трудно остановить.

Задание 5. Выберите верные решения и установите очередность оказания первой помощи при кровотечениях (расставить порядковые номера):

( ) наложить жгут на конечность ниже места кровотечения;
( ) наложить жгут на конечность выше места кровотечения;
( ) жгут накладывается на неопределенное время;
( ) жгут накладывается не более чем на 1 час;
( ) точка прижатия на шее и голове - выше раны;
( ) точка прижатия на шее и голове - ниже раны или в ране;
( ) записка о времени наложения жгута обязательна;
( ) записка о времени наложения жгута не нужна;
( ) закрыть место разрыва чистой салфеткой;
( ) обработать рану бриллиантовой зеленью или раствором йода;
( ) вызвать "скорую помощь";
( ) доставить в стационар;
( ) при обморочном состоянии дать ватку с нашатырным спиртом;
( ) дать пострадавшему обильное питье;
( ) приложить холод на место травмы;

( ) поставить травмированную конечность под струю холодной воды;
( ) наложить на рану асептическую повязку.

Тема 5.6. Методы оказания первой помощи гражданам при ЧС и автомобильных катастрофах

Задание 1. "На основе освоенных понятий и правил сформулируйте алгоритм оказания первой помощи пострадавшему при ДТП". Используя тренажер для оказания первой помощи на месте происшествия, проведите реанимационные действия согласно изученным правилам и алгоритмам. Отрефлексируйте свои действия.

Алгоритм оказания первой помощи:

1. Установить наличие реакции, окликнуть пострадавшего или встряхнуть за плечо.
2. Реакции нет, позвать на помощь окружающих, вызвать скорую.
3. Восстановить проходимость ВДП, запрокинуть голову, вывести и удерживать нижнюю челюсть.
4. Проверить дыхание, смотреть, слушать, чувствовать (10 секунд). Если дыхание есть - придать пострадавшему устойчивое боковое положение.
5. Дыхания нет, сделать два эффективных вдоха.
6. Проверить кровообращение, движение, пульс (10 секунд).
7. Кровообращения нет, начать компрессию грудной клетки.

Задание 2. Расставьте в таблице ниже перечисленные права и обязанности граждан РФ в области защиты населения от ЧС.

Права: 3) медицинское обслуживание, компенсации и льготы за проживание и работу в зонах ЧС; 5) защита жизни, здоровья и личного имущества в случае возникновения ЧС; 6) возмещение ущерба, причиненного их здоровью и имуществу вследствие ЧС; 8) быть информированными о риске, которому они могут быть подвергнуты в определенных местах пребывания на территории страны и мерах необходимой безопасности.

Обязанности: 1) участвовать в установленном порядке в мероприятиях по предупреждению и ликвидации ЧС; 2) выполнять установленные правила поведения при угрозе и возникновении ЧС; 4) изучать основные способы защиты населения и территорий от ЧС, приемы оказания первой медпомощи пострадавшим, правила пользования коллективными и индивидуальными средствами защиты; 7) соблюдать меры безопасности в быту и повседневной трудовой деятельности.

Вопросы для устного опроса

Введение

1. В чем заключается актуальность изучения дисциплины "Основы безопасности жизнедеятельности"?
2. Назовите цели и задачи дисциплины "Основы безопасности жизнедеятельности".

Раздел 1. Мир опасностей современной молодежи

Тема 1.1. В чем особенности картины опасностей современной молодежи

1. Что для вас нормальная жизнь?
2. С какими опасностями сталкивается современная молодежь?
3. На детей и подростков выпадает большая доля опасностей, чем на взрослых. Как вы думаете, почему?
4. Как вы думаете, вредно ли для психики смотреть фильмы ужасов?
5. Что толкает подростка на употребление наркотиков?
6. Назовите самые опасные способы "селфи".
7. Почему подросток пьет алкогольные напитки?

Тема 1.2. Как выявить опасности развития

1. О чем необходимо помнить при посещении массовых мероприятий?
2. Вспомните и запишите пословицы и поговорки, касающиеся безопасности личности.

Тема 1.3. Как выявить и описать опасности на дорогах

1. Перечислите основные принципы обеспечения безопасности дорожного движения.
2. Безопасность на улице. Правила поведения на улице. Перечислите обязанности пешеходов, изложенные в Правилах дорожного движения РФ.
3. Безопасность в городском транспорте. Перечислите обязанности пассажиров, изложенные в Правилах дорожного движения РФ. Действия при обнаружении подозрительных предметов в общественном транспорте.

Тема 1.4. Как выявить и описать опасности в ситуации пожара в общественном месте

1. Назовите виды пожаров.
2. В чем опасность пожара в общественном месте?
3. Назовите источники пожарной опасности.

Тема 1.5. Как выявить и описать опасности в ситуации захвата заложников в общественном месте (ЧС)

1. Опасности ситуации захвата заложников в общественном месте.
2. Условия, при которых заложнику может быть нанесен вред.
3. Как выявить и описать опасности в ситуации захвата заложников в колледже?
4. Как выявить и описать опасности в ситуации захвата заложников в школе?
5. Как выявить и описать опасности в ситуации захвата заложников в кинотеатре?
6. Как выявить и описать опасности в ситуации захвата заложников в торговом центре?
7. Как выявить и описать опасности в ситуации захвата заложников в аэропорту?

8. Как выявить и описать опасности в ситуации захвата заложников на массовом развлекательном мероприятии?

Тема 1.6. Как выявить и описать опасности на рабочем месте

1. Классификация опасностей: по видам профессиональной деятельности, по причинам возникновения на рабочем месте, по опасным событиям вследствие воздействия опасностей.
2. Источники опасностей и вредностей, факторы риска, условия возникновения и развития нежелательных событий.
3. Порядок проведения идентификации опасностей на рабочем месте.

Раздел 2. Методы оценки риска

Тема 2.1. Как измерять опасности

1. Дайте определение понятий: опасность, риск, опасный фактор, идентификация опасностей.
2. Признаки, определяющие опасность.
3. Методы обнаружения опасностей.
4. Источники формирования опасностей.
5. Виды опасностей.

Тема 2.2. Как оценить риски на дорогах

1. Назовите основные методы анализа и оценки безопасности дорожного движения.
2. Как осуществляется выявление опасных мест на дороге?
3. Назовите основные пути улучшения условий движения и повышения безопасности движения.

Тема 2.3. Как оценить риски в ситуации пожара в общественном месте (ЧС)

1. Чем усугубляется риск возникновения пожара?
2. Какие мероприятия являются основными рекомендуемыми противопожарными мероприятиями?

Тема 2.4. Как оценить риск реализации ситуации захвата заложников / стрельбы в общественном месте (ЧС)

1. От каких обстоятельств зависит риск подвергнуться насилию?
2. В чем заключается оценка степени риска стать жертвой теракта?
3. Оценки рисков в ситуации захвата заложников / стрельбы в общественном месте.

Тема 2.5. Как оценить риски для здоровья в подростковом возрасте

1. Что такое здоровье? Какие критерии определяют здоровье человека?
2. Какой образ жизни можно назвать здоровым?

3. Какие факторы влияют на здоровье человека?
4. Что такое режим? Каково значение режима в обеспечении здорового образа жизни?
5. Перечислите и охарактеризуйте факторы, способствующие укреплению здоровья.
6. Что такое гигиена? Правила личной гигиены. Значение соблюдения правил личной и общественной гигиены для здоровья человека.

Тема 2.6. Как оценить риск реализации ситуации, актуальной для обучающихся

1. Назовите методы оценки риска.
2. Значение оценки риска ОБЖ для безопасности.

Тема 2.7. Оценка рисков на рабочем месте

1. Что понимается под профессиональным риском?
2. Что является основным нормативным правовым актом в области оценки профессионального риска?
3. Что позволяет сделать оценка профессиональных рисков?

Раздел 3. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций

Тема 3.1. Понятие о защите от опасности

1. Что такое жизнедеятельность?
2. В чем заключается суть опасности?
3. Чем обусловлены негативные воздействия в условиях техносферы?
4. Каковы типы взаимодействия в системе "человек - среда обитания"?
5. При каком взаимодействии человека и среды обитания достигаются оптимальные условия для деятельности и отдыха?
6. Чем отличается опасное взаимодействие от допустимого?
7. Что такое принципы обеспечения безопасности? Чем обусловлено их многообразие?
8. Что относится к СИЗ работающих на производстве?
9. Что относится к СКЗ работающих на производстве?

Тема 3.2. Как снизить риски для здоровья. Профилактика заболеваний. Здоровый образ жизни

1. Назовите основные критерии образа жизни.
2. Дайте групповую классификацию факторов риска.
3. Дайте определение укрепления здоровья.
4. Укажите виды медицинской профилактики.

5. Перечислите основные программы формирования здорового образа жизни, реализуемые ВОЗ.

Тема 3.3. Как защититься от опасностей на дорогах

1. Какие опасности существуют на дороге?
2. Чем опасна дорога?
3. Основные правила дорожного движения, которые надо знать обязательно.
4. Что запрещено делать на дороге?
5. Правила поведения на дороге.
6. Как производится контроль соблюдения ПДД на дороге?

Тема 3.4. Как безопасно вести себя в ситуации пожара в общественном месте

1. Правила поведения при пожаре в частном доме.
2. Правила поведения при пожаре в многоквартирном доме.
3. Правила поведения при пожаре в торговом центре.
4. Правила поведения при пожаре в кинотеатре.
5. Правила поведения при пожаре в общественном транспорте.

Тема 3.5. Как безопасно вести себя в ситуации захвата заложников в общественном месте (ЧС)

1. Какие правила безопасности следует соблюдать при обнаружении бесхозной вещи?
2. Какие меры безопасности рекомендуется соблюдать в случае захвата вас в заложники?
3. Какие меры безопасности рекомендуется соблюдать и ваши действия при угрозе теракта?

Тема 3.6. Определение методов защиты от опасностей на рабочем месте

1. Основные причины травматизма и профессиональных заболеваний: технические, организационные, санитарно-гигиенические, психофизиологические.
2. Методы уменьшения опасностей на рабочем месте, выбор средств индивидуальной и коллективной защиты.
3. Типовые отраслевые нормы выдачи средств индивидуальной защиты.

Раздел 4. Основы военной службы

Тема 4.1. История создания Вооруженных Сил России

1. Назовите наиболее известные военные реформы, проведенные в России.
2. В чем заключалась военная реформа Ивана Грозного?
3. С какой целью была проведена реформа армии при Петре I?
4. Какими причинами были вызваны военные реформы в России во второй половине XIX в.?

5. Какие основные задачи выполняют Вооружённые Силы Российской Федерации в мирное время?
6. Какие основные задачи решают Вооружённые Силы Российской Федерации в период непосредственной угрозы агрессии и в военное время?
7. В чём заключается новая система комплектования частей солдатами и сержантами?
8. Почему, на ваш взгляд, борьба с терроризмом входит в перечень основных задач Вооружённых Сил Российской Федерации?
9. Какими факторами обусловлена необходимость проведения военной реформы в Российской Федерации в настоящее время?

Тема 4.2. Основные понятия о воинской обязанности

1. Что означает понятие "воинская обязанность"?
2. Что составляет правовую основу воинской обязанности и военной службы в РФ?
3. Что предусматривает воинская обязанность?
4. Какие категории граждан должны состоять на воинском учете?
5. Как осуществляется воинский учет граждан в РФ?
6. Каковы обязанности граждан по воинскому учету?
7. Что такое мобилизация, какие виды мобилизации различают и в каких случаях она объявляется?

Тема 4.3. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Тренинг бесконфликтного общения и саморегуляции

1. Понятие о психологических основах взаимодействия военнослужащих в коллективе, совместной жизнедеятельности военнослужащих.
2. Понятие конфликта и его влияние на уровень боеспособности и боеготовности отделения, экипажа, расчета.
3. Понятие о способах бесконфликтного общения в условиях военной службы.
4. Что такое стратегия поведения?
5. Как строить общение с трудным, конфликтным человеком?
6. В чем заключается предупреждение конфликта?
7. Какие действия нужно предпринимать для разрешения конфликта?

Тема 4.4. Как стать офицером РА. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования

1. Какая категория граждан подлежит призыву на военную службу?
2. Какие категории граждан освобождают от призыва на военную службу?

3. В каких случаях гражданам предоставляют отсрочку от призыва на военную службу?
4. В течение какого времени проходят военную службу военнослужащие по призыву?
5. Каким документом определены и в чем заключаются общие обязанности военнослужащих?
6. Какими документами определены должностные обязанности военнослужащих? В чем они заключаются? В каких случаях военнослужащие могут выполнять специальные обязанности?

Тема 4.5. Строевая подготовка

1. Выполнение строевого приёма "Строевая стойка" на месте, в строю и вне строя.
2. Выполнение строевого приёма "Повороты на месте" на месте, в строю и вне строя.
3. Выполнение строевого приёма "Головные уборы снять (надеть)" на месте, в строю и вне строя.
4. Выполнение строевого приёма "Строевой шаг" в движении, в строю и вне строя.
5. Выполнение строевого приёма "Повороты налево, направо и кругом" в движении, в строю и вне строя.

Тема 4.6. Огневая подготовка. Порядок неполной сборки и разборки ММГ АК-74

1. Дайте назначение автомата Калашникова АК-74.
2. Дайте основные тактико-технические характеристики автомата Калашникова АК-74.
3. Дайте основные части и механизмы автомата Калашникова АК-74.
4. Дайте принцип работы автоматики автомата Калашникова АК-74.
5. Дайте порядок неполной разборки автомата Калашникова АК-74.
6. Дайте порядок сборки после неполной разборки автомата Калашникова АК-74.

Раздел 5. Основы медицинских знаний

Тема 5.1. Помощь при состояниях, вызванных нарушением сознания

1. Какова первая помощь при отсутствии сознания? Какие различают признаки обморока?
2. Какие выделяют признаки остановки сердца у человека?
3. Через какое время после остановки сердца может наступить необратимое повреждение мозга вследствие недостатка снабжения его кислородом?
4. Какова последовательность первой помощи при остановке сердца?
5. До какого момента следует проводить реанимационные мероприятия?
6. Какие действия необходимо предпринять при приступе острой сердечной недостаточности?
7. Какие действия необходимо предпринять при инсульте?

8. Как проводится искусственная вентиляция легких методами "рот в рот" и "рот в нос"?
9. Опишите технику наружного массажа сердца (непрямого).
10. Чем отличается реанимация, проводимая одним и двумя людьми, оказывающими помощь?

Тема 5.2. Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок оказания. Алгоритм помощи пострадавшим при ДТП и ЧС

1. Какие неотложные состояния требуют незамедлительного оказания первой помощи?
2. Алгоритм помощи пострадавшим при ДТП в автомобиле.
3. Алгоритм помощи пострадавшим при ДТП в автобусе, троллейбусе, трамвае.
4. Алгоритм помощи пострадавшим при ДТП в поезде, электричке.
5. Алгоритм помощи пострадавшим при ДТП на водном транспорте.
6. Алгоритм помощи пострадавшим при ДТП на самолёте.
7. Алгоритм помощи пострадавшим при наводнении.
8. Алгоритм помощи пострадавшим при землетрясении.
9. Алгоритм помощи пострадавшим при пожаре.
10. Алгоритм помощи пострадавшим при аварии на АЭС.

Тема 5.3. Алгоритм помощи при кровотечениях и ранениях

1. По каким основам классифицируют кровотечения? Охарактеризуйте основные виды кровотечения. Первая помощь при наружных кровотечениях.
2. Что такое временная остановка кровотечения? С какой целью она проводится?
3. Первая помощь при капиллярном кровотечении.
4. Первая помощь при артериальном кровотечении.
5. Какие общие правила при наложении кровоостанавливающего жгута? Какова тактика использования жгута при длительной (несколько часов) транспортировке?
6. Перечислите подручные средства, которыми можно заменить жгут.
7. Первая помощь при венозном кровотечении.
8. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.

Тема 5.4. Оказание помощи подручными средствами в природных условиях

1. Понятие об экстремальных ситуациях в природных условиях.
2. Способы и особенности фиксации конечностей.
3. Способы транспортировки пострадавших.
4. Способы согревания на открытой местности.

5. Вынужденное автономное существование.
6. Правило добычи воды, пищи, огня. Временное жилище.
7. Оказание помощи подручными средствами в лесу, в горах, на равнинной местности, на воде.

Тема 5.5. Помощь при воздействии температур на организм человека. Способы самоспасения

1. Какова первая помощь при ожогах? Что называется ожогом? Какие основные виды и степени ожогов вы знаете?
2. Какова последовательность первой помощи при термических и химических ожогах?
3. Какие выделяют основные признаки теплового удара?
4. Что такое отморожения?
5. Какова первая помощь при отморожениях?

Тема 5.6. Методы оказания первой помощи гражданам при ЧС и автомобильных катастрофах

1. Выявление причин травмирования на производстве, в транспорте и в общественных местах.
2. Самостоятельный выбор методов и средств помощи пострадавшим в ДТП, на производстве.

Вопросы к дифференцированному зачёту (32 вопроса)

1. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
2. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.
3. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.
4. Правила и безопасность дорожного движения.
5. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.
6. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.
7. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история её создания, предназначение, структура, задачи.
8. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.
9. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.

10. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.
11. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств РФ по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.
12. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.
13. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.
14. Модели поведения в условиях вынужденной природной автономии.
15. История создания Вооруженных Сил России.
16. Военная реформа Ивана Грозного.
17. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, её особенности.
18. Военные реформы в России во второй половине XIX-XX века.
19. Военная реформа Вооруженных Сил на современном этапе (2008-2020 гг.).
20. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.
21. Воинская обязанность и воинский учет.
22. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.
23. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.
24. Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи.
25. Первая помощь при травмах и ранениях. Правила наложения повязок различных типов.
26. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях.
27. Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов.
28. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.
29. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.
30. Первая помощь при отсутствии сознания.
31. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.

Текстовые задания (тесты с вариантами ответов)

Введение

1. Наука о безопасной и комфортной жизнедеятельности человека в окружающей среде:
   а) БЖ
   б) РСЧС
   в) РЖД
   (Ответ: а)

2. Повседневная деятельность и отдых, способ существования человека:
   а) жизнедеятельность
   б) существование
   в) деятельность
   (Ответ: б)

3. Каких факторов не бывает?
   а) механические
   б) естественные
   в) искусственные
   (Ответ: а)

4. Процесс взаимодействия человека с окружающей средой:
   а) деятельность
   б) поведение
   в) покой
   (Ответ: а)

5. Целью ОБЖ является:
   а) сформировать у человека сознательность и ответственность в отношении к личной безопасности и безопасности окружающих
   б) защита человека от опасностей на работе и за её пределами
   в) научить человека оказывать самопомощь и взаимопомощь
   г) научить оперативно ликвидировать последствия ЧС
   (Ответ: б)

Раздел 1. Мир опасностей современной молодежи

Тема 1.1. В чем особенности картины опасностей современной молодежи

1. Что такое скулшутинг?
   а) Вооруженное нападение в образовательном учреждении
   б) Субкультура
   в) Уличная акробатика
   (Ответ: а)

2. Что такое зацепинг?
   а) Паркур
   б) Проезд вне салона электрички или трамвая
   в) Изучение подземных коммуникаций
   (Ответ: б)

3. Причины, по которым молодежь интересуется вредными привычками. Что лишнее?
   а) Любопытство
   б) Это программа обязательного прохождения
   в) Проявление себя
   (Ответ: б)

4. Какие из перечисленных признаков НЕ относятся к руфингу?
   а) Лазанье по подвалам
   б) Лазанье по крышам
   в) Лазанье по небоскребам
   (Ответ: а)

5. Любые явления, угрожающие жизни и здоровью человека - это ...
   а) преступление
   б) безопасность
   в) опасность
   (Ответ: в)

6. Как алкоголь влияет на работу головного мозга?
   а) Затормаживает
   б) Возбуждает
   в) Улучшает память
   (Ответ: а)

7. Акрострит - это ...
   а) лазанье по подвалам
   б) прыжки с парашютом
   в) акробатика
   (Ответ: а)

8. Что можно отнести к опасным увлечениям?
   а) Танцы
   б) Селфи
   в) ЗОЖ
   (Ответ: б)

9. Попытка выделиться и примкнуть к меньшинству единомышленников - это ...
   а) субкультура
   б) проект
   в) движение
   (Ответ: а)

10. Что не является причиной опасностей для молодежи?
    а) Негативные отношения в семье
    б) Моральная неустойчивость
    в) Обдуманные решения
    (Ответ: в)

Тема 1.3. Как выявить и описать опасности на дорогах

1. Кто является участниками дорожного движения?
   а) водитель, велосипедист
   б) пешеход, пассажир, водитель
   в) пешеход, водитель, велосипедист
   г) пассажир, водитель
   (Ответ: б)

2. Часть дороги, предназначенная для движения пешеходов:
   а) тротуар

б) дорожка
в) дорога
г) пешеходный переход
(Ответ: а)

3. Где могут двигаться пешеходы в жилой зоне?
а) только по тротуарам
б) по бордюрам
в) по тротуарам и в один ряд по краю проезжей части
г) по тротуарам и по всей ширине проезжей части
(Ответ: в)

4. Разрешена ли перевозка детей до 12-летнего возраста на переднем сиденье легкового автомобиля?
а) запрещается
б) разрешается, только с использованием детских удерживающих устройств
в) разрешается, только на руках у взрослых
г) можно сидеть с любого возраста
(Ответ: б)

5. Какой стороны должны придерживаться пешеходы, идя по тротуарам, пешеходным дорожкам?
а) левой
б) любой
в) правой
г) посередине
(Ответ: в)

Тема 1.4. Как выявить и описать опасности в ситуации пожара в общественном месте

1. Назовите условия, при которых может возникнуть пожар?
а) горючее вещество и восстановитель
б) горючий материал, источник огня или тепла, кислород
в) теплообмен между веществами
(Ответ: б)

2. Какие условия способствуют распространению пожара?
а) отсутствие естественного освещения
б) отсутствие проемов (окна и двери) для удаления продуктов горения
в) отсутствие или неисправность средств пожаротушения
(Ответ: в)

3. Пассажирам общественного транспорта запрещается перевозить:
а) габаритные грузы
б) легковоспламеняющиеся и взрывчатые вещества
в) тяжелые грузы
(Ответ: б)

Раздел 2. Методы оценки риска

Тема 2.3. Как оценить риски в ситуации пожара в общественном месте (ЧС)

1. Укажите минимальное количество ручных огнетушителей, которые должны находиться на каждом этаже общественных зданий и сооружений:
   а) 5
   б) 2
   в) 4
   (Ответ: б)

2. Для помещения, в котором возможно пребывание до 70 человек одновременно, предусмотрено ... пожарных выходов:
   а) 2
   б) 3
   в) 4
   (Ответ: а)

3. Как часто следует проводить эксплуатационные испытания пожарных лестниц и ограждений на крышах зданий и сооружений?
   а) Не реже 1 раза в 3 года
   б) Не реже 1 раза в 5 лет
   в) Каждые 2 года
   (Ответ: б)

Тема 2.5. Как оценить риски для здоровья в подростковом возрасте

1. Что такое режим дня?
   а) порядок выполнения повседневных дел
   б) строгое соблюдение определенных правил
   в) перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения
   г) установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, сон, питание и отдых
   (Ответ: г)

2. Назовите питательные вещества, имеющие энергетическую ценность:
   а) белки, жиры, углеводы, минеральные соли
   б) вода, белки, жиры и углеводы
   в) белки, жиры, углеводы
   г) жиры и углеводы
   (Ответ: в)

3. Что такое личная гигиена?
   а) Перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний
   б) Совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья
   в) Правила ухода за телом, кожей, зубами
   г) Выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний
   (Ответ: б)

4. Дайте определение "здоровье" в уставе Всемирной организации здравоохранения:
   а) Состояние полного физического, душевнего и социального благополучия
   б) Способность организма к выполнению профессиональных функций
   в) Отсутствие болезни
   (Ответ: а)

5. Подумай, к чему приводят вредные привычки:
   а) к замедлению роста организма
   б) к уважению окружающих
   в) к интересному проведению времени
   (Ответ: а)

Раздел 3. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций

Тема 3.1. Понятие о защите от опасности

1. Наука о классификации опасности и систематизации сложных явлений, понятий, объектов:
   а) таксономия опасности
   б) номенклатура опасности
   в) идентификация опасности
   г) квантификация
   (Ответ: а)

2. Центральное место в учении об опасности занимает:
   а) аксиома о потенциальной опасности деятельности
   б) концепция приемлемого риска
   в) решение глобальных проблем человечества
   г) постоянная угроза со стороны империалистических государств
   (Ответ: а)

3. Идентификацию опасностей производят на основе:
   а) системного анализа
   б) данных экологического мониторинга не менее, чем за 5 лет
   в) статистических данных об авариях на предприятиях горной промышленности
   г) космических и аэрофотосъёмок
   (Ответ: а)

4. Опасным производственным фактором (ОПФ) называется:
   а) несчастный случай на производстве
   б) производственный фактор, воздействие которого на работающего приводит к заболеванию или снижению трудоспособности
   в) производственный фактор, воздействие которого на человека приводит к травме или другому внезапному резкому ухудшению здоровья
   г) профессиональное заболевание
   (Ответ: в)

5. Совокупность факторов производственной среды и трудового процесса, оказывающих влияние на здоровье и работоспособность человека в процессе труда, - это:
   а) производственный риск
   б) вредные факторы
   в) условия труда
   г) параметры рабочего места
   (Ответ: в)

Тема 3.4. Как безопасно вести себя в ситуации пожара в общественном месте

1. Какова правильная последовательность действий при быстро распространяющемся пожаре?
   а) попытаться потушить огонь, используя первичные средства пожаротушения, открыть

окно для удаления дыма
б) немедленно покинуть помещение, плотно закрыв за собой дверь, позвать на помощь взрослых и сообщить в пожарную охрану
в) позвонить на работу родителям и сообщить о пожаре, попытаться потушить огонь, используя подручные средства
(Ответ: б)

2. Чем лучше всего укрыться в целях безопасности, преодолевая зону огня?
а) мокрым пальто
б) простыней
в) плотным одеялом
(Ответ: а)

3. Что особенно важно при борьбе с пожаром?
а) наличие воды
б) наличие большого количества людей в квартире
в) быстрая реакция на тушение пожара в первые минуты возгорания
г) быстрая реакция на тушение пожара в первые часы возгорания
(Ответ: в)

4. Верно ли утверждение: "Покидая здание во время пожара, не пользуйтесь лифтом, он может отключиться"?
а) верно
б) неверно
в) частично верно
(Ответ: а)

Тема 3.5. Как безопасно вести себя в ситуации захвата заложников в общественном месте (ЧС)

1. Действия террористов:
а) проведение акций, массовых демонстраций
б) организация взрывов, угон самолетов, захват заложников
в) наркобизнес, продажа запрещенных препаратов
(Ответ: б)

2. Почему действия террористов часто имеют анонимность?
а) так интереснее складывается "игра"
б) являются театральными актерами
в) не хотят отвечать за поступки
(Ответ: в)

3. Чем может помочь простое население в предотвращении взрывов?
а) раздавать листовки об опасности
б) своевременно сообщать о неизвестных опасных предметах
в) заучиванием правил безопасности
(Ответ: б)

4. Самое главное правило при случае любого теракта:
а) немедленно сорваться на помощь
б) взять себя в руки, сохранять спокойствие
в) поделиться информацией с окружающими
(Ответ: б)

5. Отчего в большинстве случаев страдают захваченные заложники?
   а) от физического насилия
   б) от психологического шока
   в) от пассивности спасателей
   (Ответ: б)

Раздел 4. Основы военной службы

Тема 4.1. История создания Вооруженных Сил России

1. Основу вооруженных сил Московского государства в XVI в составляли:
   а) Ополчение
   б) Рабы
   в) Пехота
   г) Морской флот
   д) Дворянские формирования
   (Ответ: д)

2. В какой период была создана регулярная армия?
   а) 1701-1711 гг.
   б) 1700-1721 гг.
   в) 1768-1774 гг.
   г) 1864-1867 гг.
   д) 1632-1634 гг.
   (Ответ: а)

3. В каком году стала формироваться КРАСНАЯ АРМИЯ?
   а) февраль 1992 г
   б) июль 1914 г
   в) май 1945 г
   г) сентябрь 1945 г
   д) январь 1918 г
   (Ответ: д)

4. В 1925 г был принят Закон ...
   а) О всеобщей воинской обязанности
   б) Об обязательной военной службе
   в) О создании Рабоче-Крестьянской Красной Армии
   г) О создании нового рода войск
   (Ответ: б)

5. Верховным Главнокомандующим Вооруженными Силами Российской Федерации является:
   а) В.В. Путин
   б) Д.А. Медведев
   в) В.В. Жириновский
   г) В.И. Ленин
   д) С. Шойгу
   (Ответ: а)

Тема 4.2. Основные понятия о воинской обязанности

1. Воинская обязанность - это:
   а) особый вид государственной службы, исполняемой в Вооруженных Силах, других войсках, органах и воинских формированиях
   б) система знаний о подготовке и ведении военных действий
   в) установленный законом почетный долг граждан с оружием в руках защищать свое Отечество, нести службу в рядах Вооруженных Сил, проходить вневойсковую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности
   (Ответ: в)

2. Граждане Российской Федерации проходят военную службу:
   а) по призыву и в добровольном порядке (по контракту)
   б) только по призыву
   в) только в добровольном порядке (по контракту)
   г) в порядке воинской повинности
   (Ответ: а)

3. Какие из указанных ниже причин (при условии документального подтверждения) являются уважительными для неявки по вызову военкомата?
   а) заболевание или увечье, связанное с утратой трудоспособности
   б) тяжелое состояние здоровья близких родственников (отца, матери, жены, мужа, сына, дочери, родного брата, родной сестры, дедушки, бабушки, усыновителя) либо участие в их похоронах
   в) нахождение в отпуске или в командировке
   г) препятствие, возникшее в результате действия непреодолимой силы, или иное обстоятельство, не зависящее от воли гражданина
   д) свадьба близкого родственника
   е) иные причины, признанные уважительными призывной комиссией, комиссией по первоначальной постановке на воинский учет или судом
   ж) участие в спортивном соревновании
   (Ответ: а, б, г, е)

4. Заключение по результатам медицинского освидетельствования о категории годности к военной службе, обозначенное буквой "А", соответствует формулировке:
   а) не годен к военной службе
   б) годен к военной службе
   в) ограниченно годен к военной службе
   г) временно не годен к военной службе
   (Ответ: б)

5. Увольнение с военной службы - это:
   а) регулярный отдых, предоставляемый в соответствии с законодательством всем военнослужащим
   б) краткосрочный отпуск из расположения воинской части
   в) установленное законом освобождение от дальнейшего несения службы в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации, других войсках, воинских формированиях и органах
   (Ответ: в)

Тема 4.4. Как стать офицером РА. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования

1. Кто организует призыв на военную службу граждан, не пребывающих в запасе?
   а) Местная администрация
   б) Военные комиссариаты
   в) МВД
   (Ответ: б)

2. Что вручают призывнику, в отношении которого принято решение о призыве на военную службу?
   а) Военный билет
   б) Повестку
   в) Медицинскую карту годности
   (Ответ: б)

3. Какая категория подлежит призыву на военную службу?
   а) Граждане мужского пола от 18 до 27 лет
   б) Граждане мужского пола от 18 до 60 лет
   в) Граждане обоих полов от 18 до 27 лет
   (Ответ: а)

4. Предоставляется ли отсрочка от призыва на военную службу?
   а) да
   б) нет
   (Ответ: а)

5. Право на отсрочку от призыва на военную службу имеют граждане:
   а) обучающиеся в очной форме обучения
   б) обучающиеся в заочной форме обучения
   в) обучающиеся в очно-заочной форме обучения
   г) обучающиеся в вечерней форме обучения
   (Ответ: а)

Раздел 5. Основы медицинских знаний

Тема 5.1. Помощь при состояниях, вызванных нарушением сознания

1. Сколько времени живут клетки тела после остановки сердца и лёгких?
   а) 1-2 мин.
   б) 3-5 мин.
   в) 5-7 мин.
   (Ответ: б)

2. Что является признаками клинической смерти?
   а) Только отсутствие сознания и дыхания
   б) Только отсутствие дыхания и сердечной деятельности
   в) Отсутствие сознания, дыхания и сердечной деятельности
   (Ответ: в)

3. Что необходимо произвести при клинической смерти?
   а) Только немедленный массаж сердца
   б) Только искусственную вентиляцию лёгких
   в) Немедленный массаж сердца и искусственную вентиляцию лёгких
   (Ответ: в)

4. Сколько надавливаний в минуту необходимо сделать при непрямом массаже сердца?
   а) До 40
   б) До 50
   в) До 60
   (Ответ: в)

5. Какова длительность проведения сердечно-лёгочной реанимации?
   а) 10 мин.
   б) До прибытия скорой помощи
   в) До восстановления дыхания и сердечной деятельности
   (Ответ: в)

Тема 5.2. Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок оказания. Алгоритм помощи пострадавшим при ДТП и ЧС

1. Как вы будете действовать после оповещения об аварии на химическом предприятии при отсутствии индивидуальных средств защиты, убежища и возможности выхода из зоны аварии? (Выберите несколько ответов)
   а) отойти от окон и дверей
   б) включить радиоприемник, ТВ, прослушать информацию
   в) перенести ценные вещи в подвал или отдельную комнату
   г) входные двери закрыть плотной тканью
   д) плотно закрыть окна и двери
   е) подавать сигнал о помощи
   ж) провести герметизацию жилища
   (Ответ: б, г, д, ж)

2. Оповещение об угрозе землетрясения застало вас на улице. Что вы будете делать?
   а) быстро занять место в ближайшем овраге, кювете, яме
   б) вбежать в ближайшее здание и укрыться
   в) занять место вдали от зданий и линий электропередач
   (Ответ: в)

3. Оказавшись в лесу, где возник пожар, вам нужно:
   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
   (Ответ: б)

4. К ушибленному месту необходимо приложить:
   а) Грелку
   б) Спиртовой компресс
   в) Холод
   (Ответ: в)

5. При травмах затылка накладывается повязка:
   а) Косыночная
   б) Спиральная
   в) Крестообразная
   (Ответ: в)

6. При наложении повязки запрещается:
   а) касаться руками стерильной части бинта, соприкасающейся с раной
   б) касаться руками стерильной части бинта, не соприкасающейся с раной
   в) делать перекрутку бинта
   (Ответ: а)

Тема 5.3. Алгоритм помощи при кровотечениях и ранениях

1. Каковы признаки артериального кровотечения:
   а) очень темный цвет крови
   б) алая кровь из раны вытекает фонтанирующей струей
   в) большое кровавое пятно на одежде или лужа крови возле пострадавшего
   г) над раной образуется валик из вытекающей крови
   д) кровь пассивно стекает из раны
   (Ответ: б, в)

2. Признаки венозного кровотечения:
   а) кровь пассивно стекает из раны
   б) над раной образуется валик из вытекающей крови
   в) очень темный цвет крови
   г) алая кровь из раны вытекает фонтанирующей струей
   (Ответ: а, б, в)

3. По каким признакам судят о наличии внутреннего кровотечения?
   а) Цвет кожных покровов, уровень артериального давления, сознание
   б) Пульс, высокая температура, судороги
   в) Резкая боль, появление припухлости, потеря сознания
   (Ответ: а)

4. Куда накладывается кровоостанавливающий жгут на конечность при кровотечении?
   а) Непосредственно на рану
   б) Ниже раны на 4-6 см
   в) Выше раны на 4-6 см
   (Ответ: в)

5. На сколько можно остановить кровотечение?
   а) 30 минут
   б) 120 минут
   в) 60 минут
   г) Зависит от времени года
   (Ответ: а)

Тема 5.4. Оказание помощи подручными средствами в природных условиях

1. Из перечисленных ниже причин выберите те, которые являются причинами вынужденного автономного существования в природных условиях:
   а) потеря части продуктов питания
   б) несвоевременная регистрация туристической группы перед выходом на маршрут
   в) потеря ориентировки на местности во время похода
   г) потеря компаса
   д) авария транспортного средства в условиях природной среды
   е) крупный лесной пожар

ж) отсутствие средств связи
(Ответ: в, д, е)

2. Порядок действий в различных аварийных ситуациях в условиях природной среды отличается друг от друга и зависит от конкретной обстановки. Из приведенных ниже случаев выберите те, когда командир группы должен принять решение об уходе с места аварии:
а) группа не может быть обнаружена спасателями из-за окружающей её густой растительности
б) направление на ближайший населенный пункт и его удаление неизвестны
в) место происшествия точно не определено, местность незнакомая и труднопроходимая
г) в течение трех суток нет связи и помощи
д) возникла непосредственная угроза жизни людей
е) сигнал бедствия или сообщение о месте происшествия переданы при помощи аварийной радиостанции
ж) точно известно местонахождение населенного пункта, и состояние здоровья людей позволяет преодолеть расстояние до населенного пункта
(Ответ: а, г, д, ж)

3. Собираясь в поход, вам необходимо подобрать одежду. Каким нижеперечисленным требованиям она должна соответствовать?
а) одежда должна быть свободной и надеваться в несколько слоев
б) одежда должна быть из синтетических материалов
в) одежда должна быть однотонного цвета или из камуфлированного материала
г) одежда должна быть чистой и сухой
(Ответ: а, г)

4. Выберите из предложенных вариантов установленные требования к сооружению временного жилища:
а) место должно находиться на берегу реки, на уровне воды
б) место должно находиться на ровной возвышенной продуваемой площадке
в) место должно находиться среди сухостоя, который можно использовать для костра
г) возле площадки должен находиться источник воды и достаточно топлива
д) недалеко от площадки должна быть дорога или наезженная тропа
е) возле лагеря должна быть площадка (поляна) для подачи сигналов бедствия в случае необходимости
(Ответ: б, г, е)

5. Как правильно разводить костер? Разместите предложенные ниже действия в порядке очередности:
а) положите на почву растопку
б) на растопку положите веточки
в) поджечь костер двумя-тремя спичками
г) приготовить растопку и дрова
д) сверху веток положить поленья, дрова
е) соблюдать правила пожарной безопасности
(Ответ: г, а, в, б, д, е)

6. Выберите самый простой способ обеззараживания воды в полевых условиях:
а) очистка через фильтр из песка и материи
б) очистка через фильтр из песка, ваты и материи

в) кипячение воды
г) добавление в воду марганцовки
(Ответ: в)

7. Укажите, какие из приведенных лекарственных растений можно использовать в качестве ваты:
а) ромашка
б) камыш
в) клевер
г) пух иван-чая
(Ответ: б, г)

8. Укажите, какие лекарственные растения используются для остановки кровотечения и обеззараживания ран:
а) тысячелистник
б) череда
в) сок подорожника
г) сок полыни
(Ответ: в, г)

Тема 5.5. Помощь при воздействии температур на организм человека. Способы самоспасения

1. Что такое "ожог"?
а) Это любое нарушение целостности кожных покровов, слизистых оболочек, глубжележащих тканей и внутренних органов
б) Это оживление пострадавшего, находящегося в переходном между жизнью и биологической смерть состоянии, в том числе клиническая смерть
в) Повреждение тканей организма, вызванное действием высокой температуры или действием некоторых химических веществ
(Ответ: в)

2. Какие существуют виды ожогов?
а) химические и термические ожоги
б) термические и солнечные ожоги
в) химические, термические, электрические и лучевые ожоги
(Ответ: в)

3. Понятие отморожение или обморожение - это...
а) повреждение тканей организма под воздействием низких температур. Нередко сопровождается общим переохлаждением организма и особенно часто затрагивает выступающие части тела, такие как ушные раковины, нос, недостаточно защищённые конечности, прежде всего пальцы рук и ног
б) повреждение тканей организма, вызванное действием высокой температуры или действием некоторых химических веществ (щелочей, кислот, солей тяжёлых металлов и др.)
в) расстройство жизнедеятельности организма, возникшее вследствие попадания в организм яда или токсина, а также действие, вызвавшее такое заболевание (например, убийство или самоубийство с помощью яда)
(Ответ: а)

4. Какие различают степени обморожения?
а) лёгкую и тяжёлую

б) лёгкую, среднюю и тяжелую
в) простую и сложную
(Ответ: б)

5. Что нельзя делать при ожогах? (Выберите несколько правильных ответов)
   а) Давать обезболивающее пострадавшему
   б) Смазывать ожоги жиром, содой, мукой
   в) Бинтовать обожжённую поверхность
   г) Пить теплую воду
   (Ответ: б, в)

6. Соотнесите: 1) I степень; а) Повреждение и разрушение кожи; 2) II степень; б) Появление волдырей; 3) III степень. в) Покраснение кожи.
   (Ответ: 1-в, 2-б, 3-а)