

Рассмотрено на заседании ЦК
общих гуманитарных и социально
– экономических дисциплин
Протокол № 10 от «24» июня 2021 г.
Председатель _____/Воробьева М.Ф./

Фонд оценочных средств разработан на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ № 413 от 17.05.2012г. (с изменениями и дополнениями), в соответствии с Методическими рекомендациями по реализации среднего общего образования в пределах освоения образовательной программы среднего профессионального образования на базе основного общего образования (письмо Департамента государственной политики в сфере среднего профессионального образования и профессионального обучения Минпросвещения России от 14.04.2021 № 05-401) и рабочей программы учебной дисциплины ОУД.08 Основы безопасности жизнедеятельности.

Разработчик ФОС:

Колованчикова Н.А., преподаватель Ожерельевского ж.д. колледжа - филиала ПГУПС

СОДЕРЖАНИЕ

1	ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ	4
2	РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ	7
3	ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
3.1	ФОРМЫ И МЕТОДЫ ОЦЕНИВАНИЯ	11
3.2	ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ	14
4	ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ	48

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины ОУД.08 Основы безопасности жизнедеятельности обучающийся должен обладать следующими личностными, метапредметными и предметными результатами освоения основной образовательной программы, предусмотренные ФГОС СОО и ФГОС СПО специальности 27.02.03 Автоматика и телемеханика на транспорте (железнодорожном транспорте).

Объектами контроля и оценки являются личностные, метапредметные и предметные результаты освоения основной образовательной программы:

Объекты контроля и оценки	Объекты контроля и оценки
Личностные результаты отражают:	
Л1	российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
Л2	гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
Л3	готовность к служению Отечеству, его защите;
Л4	сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
Л5	сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
Л6	толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;
Л7	навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
Л8	нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
Л9	готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
Л10	эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
Л11	принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения,

	употребления алкоголя, наркотиков;
Л12	бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
Л13	осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
Л14	сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
Л15	ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.
Метапредметные результаты отражают:	
М1	умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
М2	умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
М3	владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
М4	готовность и способность к самостоятельной информационно познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;
М5	умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
М6	умение определять назначение и функции различных социальных институтов;
М7	умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;
М8	владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;
М9	владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.
Предметные результаты отражают:	
П1	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;
П2	знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
П3	сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
П4	сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
П5	знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
П6	знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);
П7	знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
П8	умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
П9	умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
П10	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;
П11	знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
П12	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.

Формой промежуточной аттестации по учебной дисциплине является *дифференцированный зачет*.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате текущего контроля знаний и промежуточной аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих личностных, метапредметных и предметных результатов освоения основной образовательной программы:

Результаты освоения учебной дисциплины	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>Личностные результаты отражают:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн); 2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности; 3) готовность к служению Отечеству, его защите; 4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире; 5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности; 6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения; 7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности; 8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей; 9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности; 10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений; 11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом 	<p>устный опрос оценка работы обучающихся на семинарах, контрольная работа, тестирование, оценка работы на практических занятиях, дифференцированный зачет</p>

<p>самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;</p> <p>12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;</p> <p>13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;</p> <p>14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;</p> <p>15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.</p>	
<p><u>Метапредметные результаты</u> отражают:</p> <p>1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;</p> <p>2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;</p> <p>3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;</p> <p>4) готовность и способность к самостоятельной информационно познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;</p> <p>5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;</p> <p>6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;</p> <p>7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и</p>	<p>устный опрос оценка работы обучающихся на семинарах, контрольная работа, тестирование, оценка работы на практических занятиях, дифференцированный зачет</p>

<p>нравственных ценностей;</p> <p>8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;</p> <p>9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.</p>	
<p>Предметные результаты отражают:</p> <p>1) 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;</p> <p>2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;</p> <p>3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;</p> <p>4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;</p> <p>5) знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;</p> <p>6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);</p> <p>7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</p> <p>8) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;</p> <p>9) умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>10) 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;</p> <p>11) знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и</p>	<p>устный опрос оценка работы обучающихся на семинарах, контрольная работа, тестирование, оценка работы на практических занятиях, дифференцированный зачет</p>

<p>пребывания в запасе;</p> <p>12) 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.</p>	
---	--

3. ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 ФОРМЫ И МЕТОДЫ ОЦЕНИВАНИЯ

Предметом оценки служат личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебной дисциплины.

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по разделам и темам:

Элементы учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Форма контроля	Проверяемые Л,М,П	Форма контроля	Проверяемые Л,М,П
Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни	Устный опрос; Тестирование	У1; У2; 32; 33 М9, П4, Л3	<i>дифференцированный зачет</i>	<i>Л1-Л15, М1- М9, П1-П12</i>
Тема 1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья	Устный опрос	У1; У2; 32; 33; Л1, Л3, М9, П4		
Тема 1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	Устный опрос	У1; У2; 32; 33; П1, Л3, П6		
Тема 1.4. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика	Устный опрос	Л3, П6		
Тема 1.5. Правила и безопасность дорожного движения	Тестирование Практическое занятие	П9, Л3, М4, М1, М6, П1		
Тема 1.6. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества	Устный опрос	Л3, П6, П4		
Тема 1.7. Правовые основы взаимоотношения полов	Устный опрос	Л1, Л3, П2		
Тема 2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	Устный опрос Тестирование	У1; У2; 32; 33; Л4, М1, М3, П5, П7, П8		
Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	Устный опрос	У1; У2; 32; 33; М3, П2, П7		

Тема 2.3. Гражданская оборона. Современные средства поражения и их поражающие факторы	Устный опрос Тестирование Контрольная работа	П7, П2,		
Тема 2.4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	Устный опрос Контрольная работа	У1; У2; 32; 33; П2, П7, М1, М6, П7, П9, Л4		
Тема 2.5. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.	Устный опрос	У1; У2; 32; 33; П9, М2, М7, П2, П7, М1, М6, П7		
Тема 2.6. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника	Устный опрос	У1; У2; 32; 33; П2, П7, М1, М6, П7, П9, П3		
Тема 2.7. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Практическое занятие	У1; У2; 32; 33; П2, П7		
Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации	Устный опрос	У1; У2; 32; 33; 34; 35; 36; Л2, М6, П2, П10		
Тема 3.2. Военная обязанность	Устный опрос	У1; У2; 32; 33;34;35;36; Л2, Л1,М9, П2,П4, П10		
Тема 3.3.Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту	Устный опрос	У1; У2; 32; 33;34;35;36; Л2,Л1, М9, П2,П4, П10		
Тема 3.4. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества	Практическое занятие	Л2,Л1, М9, П2, П4,П10		
Тема 3.5. Военная дисциплина и ответственность	Устный опрос	У1; У2; 32; 33; 34; 35; 36;Л1, Л2, П2, П10, М9		
Тема 3.6. Боевые традиции Вооруженных Сил России.	Устный опрос	У1; У2; 32; 33; 34;35;36; Л1, Л2, Л3, М2, М3, М5, М7, П2, П10		
Тема 3.7. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	Устный опрос	У1;У2; 32; 33; 34;35;36; Л1, Л2,Л3, М2,М3, М5, М7, П2, П10		

Тема 4.1. Понятие первой помощи	Устный опрос	У1; У2; У3; 32; 33 Л1, Л4, М1, П11		
Тема 4.2. Понятие и виды травм. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания	Устный опрос	У1; У2; У3; 32; 33 Л1, Л4, П11		
Тема 4.3. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при ожогах	Практическое занятие	У1; У2; У3; 32; 33 Л1, Л4, П11		
Тема 4.4. Первая помощь при воздействии низких температур	Устный опрос	У1; У2; У3; 32; 33 Л1, Л4, П11		
Тема 4.5. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Первая помощь при отравлениях	Устный опрос	У1; У2; У3; 32; 33 Л1, Л4, П11		
Тема 4.6. Первая помощь при отсутствии сознания. Основные инфекционные болезни	Устный опрос	У1; У2; 32; 33 Л1, Л3, Л4, М1, П11		
Тема 4.7. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка	Устный опрос	У1; У2; 32; 33 Л3, М9, П6, П11		

3.2 ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ

УСТНЫЙ ОПРОС

1. Описание

Устный опрос проводится с целью контроля усвоенных умений и знаний и последующего анализа типичных ошибок и затруднений обучающихся в конце изучения раздела/темы.

На выполнение опроса отводится 20 минут.

При работе обучающийся может использовать следующие источники:

Основная учебная литература:

1. Ким С.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы. Учебник./ С.В. Ким, В.А. Горский. – Москва: Просвещение/Вентана-Граф, 2021.-396с.

Дополнительная учебная литература:

1. Беляков, Г.И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях: учебник для СПО/ Г. И. Беляков. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательство Юрайт, 2018. - 354 с. - Режим доступа: <https://urait.ru/book/osnovy-obespecheniya-zhiznedeyatelnosti-i-vyzhivanie-v-chrezvychaynyh-situatsiyah-414500>

2. Занько, Н.Г. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учеб./ Н.Г. Занько, К.Р. Малаян, О.Н. Русак. - Электрон.дан. - Санкт-Петербург: Лань, 2017. - 704 с. - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/92617>

3. Примерные вопросы

Тема 1.6 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества

Раздел/Тема	Вопросы
Тема 1.6. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества	1. Брак и семья, культура взаимоотношения полов. 2. В чем заключаются правовые основы взаимоотношений? 3. Значение соблюдения правил личной и общественной гигиены для здоровья человека (необходимость чистки зубов; правила использования зубной щетки; гигиена питания, правильное хранение продуктов; виды бактерий по отношению к пище; чистота кожи, методика контрастного душа). 4. Венерические заболевания и их профилактика. СПИД и его профилактика.

Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций

1. В каком году, каким постановлением Правительства РФ была создана единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС?
2. Какие органы входят в единую государственную систему предупреждения и ликвидации ЧС?
3. Назовите основные цели и задачи единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС.
4. Какие режимы функционирования присутствуют в РСЧС?
5. Кратко расскажите об истории создания РСЧС.

Тема 2.3. Организация гражданской обороны

1. Перечислите цели и задачи ГО РФ.
2. Перечислите основные документы по организации ГО.
3. Кто разрабатывает положение о ведении ГО в организациях?
4. Законодательные основы обучения населения защиты от ЧС осуществляет...
5. Кто осуществляет руководство ГО в РФ? Опишите структуру и органы управления.

Тема 2.4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени

1. Опишите, как должно происходить оповещение, укрытие, эвакуация населения и выдача средств индивидуальной защиты (СИЗ).
2. Опишите меры, которые должны быть предприняты городской (районной) администрацией.
3. Опишите мероприятия по проведению аварийных и спасательных работ.
4. В результате чего возникает неблагоприятная социальная обстановка?
5. Опишите последствия неблагоприятной социальной обстановки.
6. Что называется эпидемией (пандемией)? Приведите примеры их последствий.
7. Что является основным направлением деятельности по обеспечению эпидемиологической безопасности?

Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность

Тема 3.2. Воинская обязанность

Тема 3.3. Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту

Устный опрос:

1. Что вы понимаете под национальной безопасностью России?
2. Что включают в себя национальные интересы России?
3. Какие типы угроз национальной безопасности России существуют сегодня?
4. Какова главная задача военной организации нашего государства?
5. Кратко охарактеризуйте содержание Военной доктрины Российской Федерации.
6. Какие войска, кроме Вооруженных Сил РФ, входят в состав военной организации России?
7. Перечислите основные задачи Вооруженных Сил РФ по обеспечению национальных интересов и безопасности России.
8. Какова структура Вооруженных Сил Российской Федерации?
9. Из каких родов войск состоят Сухопутные войска?
10. Какие рода авиации входят в состав Военно–Воздушных Сил России?
11. Сколько родов сил и какие входят в состав Военно–Морского Флота России?
12. Какими федеральными законами и нормативными правовыми актами регламентировано исполнение обязанностей военной службы в Российской Федерации?
13. Почему для военнослужащих предусмотрены некоторые ограничения в общегражданских правах и свободах?
14. Каким образом подразделяются обязанности военнослужащих?
15. К каким видам ответственности могут привлекаться военнослужащие?
16. Дайте определение воинской обязанности и расскажите о ее содержании.
17. Какие категории граждан РФ подлежат воинскому учету?
18. Какие обязанности в целях обеспечения воинского учета возложены на граждан РФ?
19. Какие мероприятия проводятся в рамках обязательной подготовки граждан к военной службе?

20. В какие сроки в Российской Федерации производится призыв граждан на военную службу?
21. Какие категории граждан освобождаются от призыва на военную службу?
22. Какие вещи военнослужащим разрешается хранить в прикроватной тумбочке?
23. Какие категории граждан могут заключить контракт о прохождении военной службы?
24. Перечислите основные виды воинской деятельности. Какой из них, по вашему мнению, является наиболее важным и почему?

Раздел 4. Основы медицинских знаний

1. Правила безопасности при оказании первой медицинской помощи.
2. Порядок действия при реанимации пострадавшего.
3. Искусственная вентиляция легких.
4. Восстановление работы сердца.
5. Наружный массаж сердца.
6. Что называется раной.
7. Оказание первой медицинской помощи при ранениях.
8. Правила наложения повязок.
9. Что называется кровотечением?
10. Оказание первой медицинской помощи при кровотечениях.
11. Что называется переломом?
12. Оказание первой медицинской помощи при переломе.
13. Синдром длительного сдавливания.
14. Что представляет собой шок?
15. Оказание первой медицинской помощи при шоке.
16. Что представляет собой ожог?
17. Оказание первой медицинской помощи при ожоге.
18. Что представляет собой отморожение?
19. Оказание первой медицинской помощи при отморожении.
20. Что представляет собой электрическая травма?
21. Оказание первой медицинской помощи при электрической травме.
22. Что представляет собой утопление?
23. Оказание первой медицинской помощи при утоплении.
24. Каковы признаки наружного артериального кровотечения?
25. Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?

3. Критерии оценки устных ответов

Оценка «5» «отлично» - студент показывает полные и глубокие знания программного материала, логично и аргументировано отвечает на поставленный вопрос, а также дополнительные вопросы, показывает высокий уровень теоретических знаний.

Оценка «4» «хорошо» - студент показывает глубокие знания программного материала, грамотно его излагает, достаточно полно отвечает на поставленный вопрос и дополнительные вопросы, умело формулирует выводы. В тоже время при ответе допускает несущественные погрешности.

Оценка «3» «удовлетворительно» - студент показывает достаточные, но не глубокие знания программного материала; при ответе не допускает грубых ошибок или противоречий, однако в формулировании ответа отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. Для получения правильного ответа требуется уточняющие вопросы.

Оценка «2» «неудовлетворительно» - Дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками.

ТЕСТЫ ПО 1-3 РАЗДЕЛУ

1. Описание

Тесты проводятся с целью контроля усвоенных умений, знаний и последующего анализа типичных ошибок (затруднений) обучающихся в конце изучения раздела/темы.

На выполнение теста отводится 20 минут.

При работе обучающийся может использовать следующие источники:

Основная учебная литература:

1. Ким С.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы. Учебник./ С.В. Ким, В.А. Горский. – Москва: Просвещение/Вентана-Граф, 2021.-396с.

Дополнительная учебная литература:

1. Беляков, Г.И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях: учебник для СПО/ Г. И. Беляков. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательство Юрайт, 2018. - 354 с. - Режим доступа: <https://urait.ru/book/osnovy-obespecheniya-zhiznedeyatelnosti-i-vyzhivanie-v-chrezvychaynyh-situatsiyah-414500>

2. Занько, Н.Г. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учеб./ Н.Г. Занько, К.Р. Малаян, О.Н. Русак. - Электрон.дан. - Санкт-Петербург: Лань, 2017. - 704 с. - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/92617>

2. Тестовые вопросы/ задания представлены в 2 вариантах

ВАРИАНТ № 1

Выбрать только один правильный ответ.

1. 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 просьбе совершеннолетних детей супругов.

2. 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.

3. Обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, называется:

- а) стихийным бедствием;
- б) экстремальной ситуацией;
- в) чрезвычайной ситуацией;
- г) чрезвычайным происшествием.

4. К видам Вооруженных Сил Российской Федерации 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.

Выбрать несколько правильных ответов.

5. Что относится к закалывающим процедурам?

- а) солнечные ванны; д) гигиенические процедуры;
- б) воздушные ванны; е) подводный массаж;
- в) световоздушные ванны; ж) плавание;

г) утренняя гимнастика; з) обливание.

6. Назовите основные территориальные уровни Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

- а) федеральный; г) территориальный;
- б) региональный; д) местный;
- в) городской; е) муниципальный.

Восстановите последовательность.

7. Укажите правильную последовательность действий при надевании противогаза по команде «Газы»:

1. снять головной убор
2. сделать выдох, открыть глаза и возобновить дыхание
3. задержать дыхание и закрыть глаза
4. надеть шлем-маску.

Соотнеси правый и левый столбик.

8. Соотнесите понятие с определением

1. Здоровый образ жизни - это	а) Гипервитаминоз
2. Избыток витаминов при приеме витаминных препаратов – это	б) Гипоксия
3. Недостаток витаминов в организме – это	в) индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление своего здоровья.
4. Отдых, необходимый для восстановления сил организма после физической и умственной нагрузки в процессе трудовой деятельности, занятий физическими упражнениями, спортом – это	г) Гиповитаминоз
5. Недостаток кислорода – это	д) Рекреация
6. Признаками алкогольного отравления являются:	е) респиратор
7. Средство защиты органов дыхания, зрения и кожи лица.	ж) дезинфекция
8. Рациональное распределение всех видов деятельности и отдыха в течение суток, повторяющийся изо дня в день автоматизм жизненных процессов – это	з) противогаз
9. Средство индивидуальной защиты органов дыхания от попадания аэрозолей (пыль, дым, туман) и/или вредных газов.	и) головокружение, тошнота и рвота, уменьшение сердечных сокращений и понижение артериального давления, возбуждение или депрессивное состояние
10. Какие мероприятия выполняют для устранения инфекции.	к) Режим дня

Разделить по группам.

9. Разделите по группам чрезвычайные ситуации природного характера:

- 1. метеорологические 2. гидрологические**

- а) ливень;
- б) наводнение;
- в) шквальные ветра;

- г) половодье;
- д) низкий уровень воды;
- е) метели;
- ж) сильные снегопады;
- з) ураганы;
- и) град;
- к) паводки;
- л) гололед;
- м) морозы;
- н) жара;
- о) дождевые паводки
- п) ветры.

Правильный ответ к 9 вопросу:

Метеорологические	Гидрологические
з	б
и	г
а	д
в	к
ж	о
м	
л	
н	
п	
е	

ВАРИАНТ № 2.

Выбрать только один правильный ответ.

1. Какой брак официально признан в Российской Федерации?

- а) брак, зарегистрированный в общественной организации;
- б) гражданский брак, заключённый в соответствии с обычаями и традициями;
- в) гражданский брак, зарегистрированный в органах записи актов гражданского состояния.

2. Пассивный курильщик — это человек:

- а) находящийся в одном помещении с курильщиком;
- б) выкуривающий до двух сигарет в день;
- в) выкуривающий одну сигарету натошак;
- г) курильщик-одиночка.

3. Какие природные явления относятся к стихийным бедствиям?

- а) дождь, ветер, снег;
- б) землетрясение, наводнение, ураган;
- в) гололед, гололедица, метель.

4. Определите, кто является верховным главнокомандующим?

- а) Министр обороны
- б) Маршал
- в) Генерал армии
- г) Президент РФ.

Выбрать несколько правильных ответов.

5. Перечислите виды закаливания:

- а) контрастный душ;
- б) обливание холодной водой;
- в) обтирание снегом;

- г) прогулка под дождем;
- д) купание в проруби.

6. Назовите основные территориальные уровни Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

- а) муниципальный;
- б) региональный;
- в) городской;
- г) территориальный;
- д) местный;
- е) объектовый.

Восстановите последовательность.

7. Укажите правильную последовательность действий при оповещении об аварии на ХОО:

1. погасить огонь в печах, взять при необходимости теплую одежду и питание (трехдневный запас непортящихся продуктов)
2. закрыть окна и форточки, отключить электронагревательные бытовые приборы и газ
3. надеть средства индивидуальной защиты органов дыхания
4. быстро, без паники выйти из жилого массива в указанном направлении.

Соотнести правый и левый столбик.

8. Соотнесите понятие с определением

1. Здоровый образ жизни – это	а) Шкала Бофорта
2. Двенадцатибалльная шкала, принятая Всемирной метеорологической организацией для приближенной оценки скорости ветра по его воздействию на наземные предметы или по волнению в открытом море.	б) индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление своего здоровья.
3. Удаление радиоактивных веществ с обмундирования (одежды), оружия, боевой техники, транспорта, продовольствия, местности и т.п.	в) Шкала Рихтера
4. Отдых, необходимый для восстановления сил организма после физической и умственной нагрузки в процессе трудовой деятельности, занятий физическими упражнениями, спортом – это	г) головокружение, тошнота и рвота, уменьшение сердечных сокращений и понижение артериального давления, возбуждение или депрессивное состояние.
5. Шкала магнитуд, основанная на оценке энергии сейсмических волн, возникающих при землетрясении.	д) Рекреация
6. Признаками алкогольного отравления являются:	е) респиратор
7. Средство защиты органов дыхания, зрения и кожи лица.	ж) дезинфекция
8. Рациональное распределение всех видов деятельности и отдыха в течение суток, повторяющийся изо дня в день автоматизм жизненных процессов – это	з) дезактивация
9. Средство индивидуальной защиты органов дыхания от попадания аэрозолей (пыль, дым, туман) и/или вредных газов.	и) противогаз
10. Какие мероприятия выполняют для устранения инфекции.	к) Режим дня

Разделить по группам.

9. Разделите по группам чрезвычайные ситуации природного характера:

1. метеорологические

2. геологические

- | | |
|-----------------------|------------------|
| а) ливень; | з) ураганы; |
| б) обвалы; | и) град; |
| в) шквальные ветра; | к) сели; |
| г) оползни; | л) гололед; |
| д) лавины; | м) морозы; |
| е) метели; | н) жара; |
| ж) сильные снегопады; | о) пыльные бури; |
| л) гололед; | п) ветры. |

Правильный ответ к 9 вопросу:

Метеорологические	Геологические
а	б
в	г
е	к
ж	д
л	
з	
и	
л	
м	
н	
о	
п	

3. Эталоны ответов

Вариант № 1

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Ответ:	б	г	в	а	а,б,з	а,б,г,д,е	1,3,4,2	1(в);2(а);3(г);4(д);5(б); 6(и);7(з);8(к);9(е); 10(ж)	-

Вариант № 2

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Ответ:	в	а	б	г	а,б,в	а,б,г,д,е	3;2;1; 4;	1(б);2(а);3(з);4(д);5(в); 6(г);7(и);8(к);9(е);10(ж)	-

4. Критерии оценки

Оценка	Количество верных ответов
«5» - отлично	Выполнено 91-100 % заданий
«4» - хорошо	Выполнено 76-90% заданий
«3» - удовлетворительно	Выполнено 61-75 % заданий
«2» - неудовлетворительно	Выполнено не более 60% заданий

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ по РАЗДЕЛУ 1 /ТЕМА «ПРАВИЛА ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ»

1. Описание

В ходе практического занятия обучающиеся приобретают умения, предусмотренные рабочей программой учебной дисциплины, учатся использовать формулы, применять различные методики расчета, анализировать полученные результаты и делать выводы, опираясь на теоретические знания.

Содержание, этапы проведения практического занятия представлены в *методических указаниях по проведению практических занятий по дисциплине.*

При оценивании практического занятия учитываются следующие критерии:

- качество выполнения работы;
- качество оформления отчета по работе;
- качество устных ответов на контрольные вопросы при защите работы.

Основная учебная литература:

1. Ким С.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы. Учебник./ С.В. Ким, В.А. Горский. – Москва: Просвещение/Вентана-Граф, 2021.-396с.

Дополнительная учебная литература:

1. Беляков, Г.И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях: учебник для СПО/ Г. И. Беляков. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательство Юрайт, 2018. - 354 с. - Режим доступа: <https://urait.ru/book/osnovy-obespecheniya-zhiznedeyatelnosti-i-vyzhivanie-v-chrezvychaynyh-situatsiyah-414500>

2. Занько, Н.Г. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учеб./ Н.Г. Занько, К.Р. Малаян, О.Н. Русак. - Электрон.дан. - Санкт-Петербург: Лань, 2017. - 704 с. - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/92617>

2. Задания

Практическое занятие №1

«Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения»

Цель работы: Изучить модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

ХОД РАБОТЫ:

Содержание работы:

1. Перечислить общие правила поведения участников дорожного движения.
2. Перечислить правила безопасного вождения велосипеда и мопеда.
3. Тест

№ 1 К маршрутным транспортным средствам согласно Правил дорожного движения относят:

1. Все автобусы.
2. Автобусы, троллейбусы и трамваи, предназначенные для перевозки людей и движущиеся по установленному маршруту с обозначенными местами остановок.
3. Любые транспортные средства, предназначенные для перевозки пассажиров.

№ 2 Где могут двигаться пешеходы в жилой зоне?

1. По тротуарам и по всей ширине проезжей части.
2. По тротуарам и в один ряд по краю проезжей части, если нет тротуаров.
3. Только по тротуарам.

№ 3 Являются ли тротуары и обочины частью дороги?

1. Являются.
2. Являются только обочины.
3. Не являются.

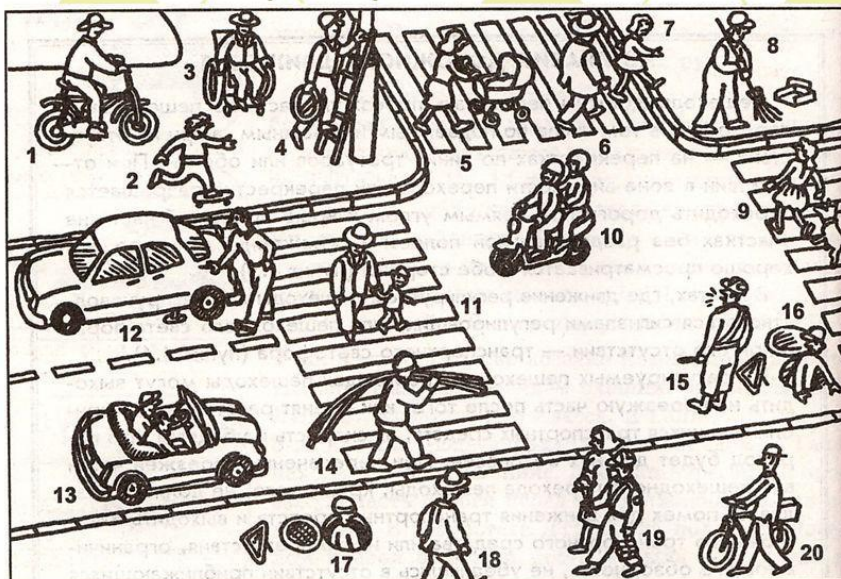
№ 4 Что означает мигание зеленого сигнала светофора?

1. Предупреждает о том, что светофор неисправен.
2. Разрешает движение и информирует о том, что вскоре будет включен запрещающий сигнал.
3. Означает, что дальнейшее движение запрещено.
4. Проверим себя:



Какие из изображенных здесь предметов используют для регулирования дорожного движения? Назови их и укажи номера.

Проверим себя...



1. Укажите номера всех участников движения по группам.
2. Сколько пешеходов изображено на этом рисунке? Сколько из них нарушителей?

5. Изучить основные 7 групп дорожных знаков пользуясь дидактическим материалом. Сделать запись.

6. Ответить на контрольные вопросы:

1. Что такое дорога?
2. Для чего нужна дорожная разметка?
3. Как обозначаются пешеходные переходы?
4. Какой человек считается пешеходом?
5. Для чего нужен регулировщик?

Вывод:

3. Критерии оценки практического занятия

5» «отлично» -самостоятельно и правильно решил учебно-профессиональную задачу или задание, уверенно, логично, последовательно и аргументированно излагал свое решение, используя понятия, ссылаясь на нормативно-правовую базу.

«4» «хорошо» -самостоятельно и в основном правильно решил учебно-профессиональную задачу или задание, уверенно, логично, последовательно и аргументированно излагал свое решение, используя понятия.

«3» «удовлетворительно» - в основном решил учебно-профессиональную задачу или задание, допустил несущественные ошибки, слабо аргументировал свое решение, используя в основном понятия.

«2» «неудовлетворительно» - не решил учебно-профессиональную задачу или задание.

**Дидактический материал по выполнению
Практического занятия № 1**

«Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения»

Дорожные знаки

Предупреждающие знаки

Дорожные знаки этой группы предупреждают о приближении к опасному участку дороги; имеют форму треугольника.

Железнодорожный переход со шлагбаумом

Железнодорожный переход без шлагбаума

Пересечение с трамвайной линией

Опасный поворот

Опасные повороты

Крутой спуск 12%

Крутой подъем 12%

Скользкая дорога

Дорожные работы

MyShared



Въезд запрещен

Движение запрещено

Движение на велосипедах запрещено

Запрещающие знаки

Эти знаки запрещают движение или выполнение отдельных маневров; имеют форму круга.



Движение пешеходов запрещено



Опасность
(запрещается дальнейшее движение в связи с дорожно-транспортным происшествием, аварией или другой опасностью)



Поворот направо запрещен



Обгон запрещен



Остановка запрещена



Стоянка запрещена

MyShared

Предписывающие знаки

Предписывающие знаки не вводят запретов, а указывают, кому и куда можно передвигаться; в основном имеют форму круга.



Движение прямо



Движение направо



Движение прямо или направо



Движение легковых автомобилей



Велосипедная дорожка



Пешеходная дорожка

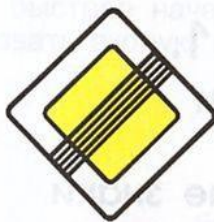
MyShared

Знаки приоритета

Они устанавливают очередность проезда перекрестков, пересечения проезжих частей или узких участков дороги. Могут иметь различную форму.



Главная дорога



Конец главной дороги



Пересечение со второстепенной дорогой



Примыкание второстепенной дороги



Уступите дорогу



Движение без остановки запрещено



Информационно-указательные знаки

Информационно-указательные знаки информируют участников дорожного движения о расположении населенных пунктов, пешеходных переходов; имеют форму прямоугольника.



Дорога с односторонним движением



Направления движения по полосам (число полос и разрешенные направления на каждой из них)



Место остановки автобуса и (или) троллейбуса



Место остановки трамвая



Место стоянки



Пешеходный переход



Начало населенного пункта



Конец населенного пункта



Стоп-линия (место остановки транспорта при запрещающем сигнале светофора (регулирущика))



Знаки сервиса

Знаки сервиса сообщают о месте расположения предприятий обслуживания (автозаправочных станций, столовых, пунктов первой медицинской помощи и др.); имеют форму прямоугольника.



Больница



Автозаправочная станция



Мойка автомобилей



Телефон



Пункт питания



Питьевая вода



Гостиница или мотель



Кемпинг



Место отдыха



Пост ДПС



Знаки дополнительной информации (таблички)

Эти знаки содержат дополнительную информацию, уточняющую или ограничивающую действие других знаков.

Так, если табличка «Расстояние до объекта» расположена вместе с предупреждающим знаком «Пешеходный переход», то цифра на табличке указывает расстояние до пешеходного перехода.



Расстояние до объекта



Слепые пешеходы (указывает, что пешеходным переходом пользуются слепые)



Субботние, воскресные и праздничные дни (указывает, что знак действует по субботам, воскресеньям и праздничным дням)



Рабочие дни (указывает, что знак действует в рабочие дни)



2. ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ДОРОГЕ

1.1. Общие правила поведения участников дорожного движения

- Участники дорожного движения (водитель, пешеход и пассажир) обязаны:
 - знать и соблюдать относящиеся к ним требования правил дорожного движения, сигналов светофора, знаков и разметки, а также выполнять распоряжения регулировщиков;
 - помнить, что в нашей стране установлено правостороннее движение транспортных средств.
- Участникам дорожного движения запрещается:
 - повреждать или загрязнять покрытие дорог;
 - снимать, загораживать, повреждать, самовольно устанавливать дорожные знаки, светофоры и другие технические средства организации движения;
 - оставлять на дороге предметы, создающие помехи для движения.

1.2. Безопасность пешехода на дороге

- Пешеходы должны двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам, а при их отсутствии — по обочинам, велосипедной дорожке или в один ряд по краю проезжей части дороги.
- Вне населенных пунктов при движении по краю проезжей части дороги пешеходы должны идти навстречу транспортным средствам.
- В случае если пешеход ведет велосипед, мотоцикл или мопед, он должен следовать по ходу движения транспортных средств.
- При следовании по улице пешеход должен стараться обходить стороной выезды из гаражей, с автостоянок и других подобных мест, чтобы не попасть под выезжающий автомобиль.
- Пешеход не должен останавливаться в непосредственной близости от проходящего автомобиля.

1.3. Переход проезжей части дороги

- Переходить проезжую часть дороги нужно по пешеходным переходам. Самый безопасный переход — подземный или надземный. При их отсутствии переходить проезжую часть можно на перекрестках по линии тротуаров или обочин.
- В местах, где движение регулируется, для перехода проезжей части необходимо руководствоваться сигналами регулировщика либо пешеходного светофора или транспортного светофора.
 - При отсутствии в зоне видимости перехода или перекрестка разрешается переходить дорогу под прямым углом к краю проезжей части на участках с разделительной полосой там, где дорога хорошо просматривается в обе стороны.
- На нерегулируемых пешеходных переходах можно выходить на проезжую часть дороги, убедившись, что переход будет безопасен. Для этого необходимо внимательно посмотреть сначала налево, потом направо, чтобы убедиться, что поблизости нет машин.
- Нельзя выбегать на дорогу.
- Перед переходом дороги надо замедлить шаг и оценить обстановку; даже при переходе дороги на зеленый сигнал светофора необходимо осмотреться.
- Не следует переходить проезжую часть дороги перед медленно идущей машиной, так как можно не заметить за ней другую машину, идущую с большей скоростью.
- Нельзя выходить на проезжую часть из-за стоящего транспортного средства или другого препятствия, ограничивающего видимость проезжей части дороги, не убедившись в отсутствии приближающихся транспортных средств.

• Пешеходы, не успевшие закончить переход, должны остановиться на линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений. Продолжать переход можно, лишь убедившись в безопасности дальнейшего движения и с учетом сигнала светофора или регулировщика.

При приближении транспортных средств с включенным синим проблесковым маячком и звуковым сигналом даже при зеленом сигнале светофора для пешеходов необходимо воздержаться от перехода проезжей части дороги и уступить этим транспортным средствам проезжую часть.

1.4. Правила безопасного вождения велосипеда и мопеда

Велосипед и мопед относятся к транспортным средствам. Управлять велосипедом при движении по дорогам разрешается лицам не моложе 14 лет, мопедом — не моложе 16 лет.

• Водители велосипеда и мопеда должны двигаться только по крайней правой проезжей части дороги в один ряд как можно правее.

• Допускается движение по обочине, если это не создает помех пешеходам.

• Водителям велосипеда и мопеда запрещается:

- ездить не держась за руль; перевозить пассажиров, кроме ребенка в возрасте до 7 лет на дополнительном сидении, оборудованном надежными подножками;

— перевозить груз, который выступает более чем на 0,5 м по длине или ширине за габариты велосипеда или мешает его управлению;

— двигаться по проезжей части дороги при наличии рядом велосипедной дорожки.

• Передвигаясь на велосипеде или мопеде, можно выполнять левый поворот или разворот лишь на дорогах, имеющих одну полосу для движения в данном направлении и не имеющих трамвайного движения.

1.5 Требования к техническому состоянию и оборудованию велосипедов

• Велосипеды должны иметь исправные тормоза и звуковой сигнал, т. е. соответствовать техническим требованиям завода-изготовителя.

• При движении на дорогах в темное время суток велосипеды должны быть оборудованы внешними световыми приборами: впереди — фарой белого цвета, сзади — фонарем или световозвращателем красного цвета, с боковых сторон — световозвращателем оранжевого или красного цвета.

Практическое занятие №2

«Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии»

Цель работы: Изучить и отработать модель поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Содержание работы:

1. Отработка практических действий потерпевших бедствие при условной аварии транспортного средства (машина, речное судно, самолет).

2. Отработка действий на месте аварии до прибытия помощи.

3. Отработка действий при уходе с места аварии.

ХОД РАБОТЫ:

1. Заполните свободные места в таблице с основными причинами вынужденного автономного существования в природных условиях.

ЧС природного характера		Экстремальная ситуация		Аварийная ситуация	
Землетрясение	Резкое		Наводнение		Поломка

	похолодание				автотранспортных средств
--	-------------	--	--	--	--------------------------

2. Дополните перечень первоочередных действий, рекомендованных людям, потерпевшим бедствие (аварию транспортного средства):

3. С помощью стрелок установите соответствие между условиями, сложившимися на месте аварии, и решениями, которые следует принять в данных условиях.

Точно известно, где находится населённый пункт, расстояние до него невелико, состояние людей позволяет его преодолеть	
Возникла непосредственная угроза жизни и здоровью людей	
Значительная часть людей не может самостоятельно передвигаться из-за полученных травм	
На месте аварии густая растительность, которая затрудняет обнаружение пострадавших	
Неизвестно, где располагается ближайший населённый пункт	
Сигнал бедствия (сообщение об аварии) передан по радиостанции	
В течении трёх суток нет связи и помощи	
Место аварии не определено, местность незнакомая и труднопроходимая	

4. Решите следующие ситуационные задачи:

1 вариант

1. Мальчик двенадцати лет, отдыхая в деревне у бабушки, пошел в лес за ягодами и заблудился. Погода пасмурная, солнца не видно. Впереди виднеется старая тропа. Подумайте и ответьте, что должен предпринять мальчик.

2. Группа туристов из пяти человек летом попала в экстремальную ситуацию. У одного из туристов подвернулась нога, у другого поднялась температура. Оба пострадавших самостоятельно двигаться не могут. Помощь может прибыть не ранее, чем через два-три дня. До ближайшего населенного пункта около двухсот километров. Палатки нет. Подумайте, что бы вы посоветовали предпринять старшему по группе.

2 вариант

1. Летом во время полета над тайгой отказал двигатель вертолета. Экипажу удалось посадить машину на поляне. Неисправность на месте устранить невозможно. Продукты питания и посуда отсутствуют. Поиски экипажа могут продлиться несколько дней. Подумайте и ответьте, что должны предпринять члены экипажа.

2. Группа ребят во время похода устроили игру в прятки. В результате двое ребят заблудились. Подумайте, что должны предпринять остальные ребята.

Контрольные вопросы.

1. Назовите основные принципы вынужденного автономного существования в природных условиях.

Вывод: _____

**Дидактический материал по выполнению
Практическое занятие №2**

«Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии»

Основные причины вынужденного автономного существования. Первоочередные действия потерпевших бедствие.

Современная цивилизация, техническая революция окружили человека определенным комфортом. Появление современных конструкций кораблей, самолетов, автомобилей, создание эффективных средств радиосвязи, телевидения и бытовой техники изменили его жизнь, отучили жить среди дикой природы. Но нередко случается так, что человек оказывается вырванным из привычного образа жизни. Представьте, что это происходит в безлюдной местности, в океане, пустыне, непроходимом лесу или тундре. В этом случае у него моментально возникает проблема автономного существования (выживания) в природных условиях.

Выживание — активная деятельность, направленная на сохранение жизни, здоровья и работоспособности в экстремальных условиях.

Автономное существование - нахождение человека в определенных, часто сложных, природных или других условиях изолированности, когда ограничена или исключена вероятность помощи от людей и возможность использования технических и других достижений.

Основное условие, определяющее успех выживания или гибель, — настрой человека на выход из этой ситуации, его желание возвратиться домой, моральные обязательства перед близкими людьми и обществом, сознание того, что ему еще многое нужно сделать.

Аварийная ситуация обычно возникает внезапно, и ее развитие не всегда можно предсказать. Поэтому порядок действий в таких ситуациях зависит от конкретной обстановки.

Опыт многих людей, побывавших в экстремальных ситуациях, связанных с авариями транспортных средств (самолета, поезда, автотранспорта и др.)

позволил определить общую схему первоочередных действий потерпевших бедствие.

Что надо сделать в первую очередь, если вы потерпели бедствие при аварии транспортных средств:

1. перебраться самим и помочь перебраться пострадавшим в безопасное место;
2. покидая транспортное средство, взять с собой имущество, которое может пригодиться для автономного существования;
3. оказать пострадавшим первую медицинскую помощь;
4. сориентироваться на местности и уточнить свое местонахождение;
5. при неблагоприятных климатических условиях соорудить временное укрытие.

После выхода из опасной ситуации, непосредственно угрожающей жизни, необходимо решить, что делать: ждать помощи на месте или попытаться добраться до ближайшего населенного пункта.

Решение оставаться на месте аварии принимают в тех случаях, когда:

- сигнал бедствия или сообщение о месте происшествия переданы при помощи аварийной радиостанции;

- место происшествия точно не определено, местность незнакомая и труднопроходимая (горы, лес, глубокие овраги, болота, мощный слой снежного покрова и т. п.);
- направление на ближайший населенный пункт и расстояние до него неизвестны;
- большая часть людей не может самостоятельно передвигаться из-за полученных травм.

Приняв решение оставаться на месте аварии, необходимо придерживаться основных правил безопасного поведения, которые позволят выжить и дождаться помощи спасателей.

Решение об уходе с места аварии принимают, если: точно известно местонахождение ближайшего населенного пункта, расстояние до него невелико и состояние здоровья людей позволяет преодолеть его;

- возникла непосредственная угроза жизни: лесной пожар, разлом ледяного поля, наводнение и т. п.;
- люди не могут быть обнаружены спасателями на этом месте из-за окружающей их густой растительности;
- в течение трех суток нет связи и помощи

На месте происшествия необходимо обозначить направление своего ухода: выложить стрелку, сделать зарубки на деревьях, связать пучки травы и т. п.

Практическое занятие №3

«Отработка практических навыков строевой подготовки. Строевая подготовка»
Цель работы: Изучить и отработать практические навыки строевой подготовки.

ХОД РАБОТЫ:

1. Строем называется.

А. Строй – размещение военнослужащих, подразделений для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.

Б. Строй – установленное Уставом размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.

В. Строй – установленное Уставом или командиром размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.

Г. Строй – установленное Уставом или командиром размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий.

Д. Строй – установленное командиром размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.

2. Шеренгой является.

А. Шеренга – строй, в котором военнослужащие размещены в затылок друг другу, а подразделения одно за другим на дистанции установленной Уставом или командиром.

Б. Шеренга – строй, в котором военнослужащие размещены на установленных интервалах.

В. Шеренга - строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии на установленных интервалах.

Г. Шеренга – построение, в котором военнослужащие размещены в затылок друг другу, а подразделения одно за другим на дистанции установленной Уставом или командиром.

Д. Шеренга – строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии, а подразделения одно возле другого на дистанции установленной Уставом или командиром.

3. Флангом называется.

А. Фланг —сторона противоположная фронту.

Б. Фланг —правая (левая) оконечность строя.

- В. Фланг —сторона строя в которую военнослужащие обращены лицом.
- Г. Фланг —сторона строя противоположная тылу.
- Д. Фланг —сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом, а машины лобовой частью.

4. Фронт является.

- А. Фронт —правая (левая) оконечность строя.
- Б. Фронт —сторона противоположная тылу.
- В. Фронт —сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом.
- Г. Фронт - сторона строя противоположна флангу.
- Д. Фронт —это построение военнослужащих при котором они обращены в одну сторону.

5. Тыльной стороной строя называется.

- А. Тыльная сторона строя — сторона, противоположная фронту.
- Б. Тыльная сторона строя — сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом.
- В. Тыльная сторона строя — правая (левая) оконечность строя.
- Г. Тыльная сторона строя — сторона строя противоположна флангу.
- Д. Тыльная сторона строя — это построение при котором военнослужащие обращены лицом в одну сторону.

6. Интервалом называется.

- А. Интервал — расстояние в глубину между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.
- Б. Интервал — расстояние по фронту между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.
- В. Интервал — расстояние между флангами.
- Г. Интервал — расстояние в глубину между шеренгами.
- Д. Интервал — расстояние между колоннами.

7. Шириной строя является.

- А. Ширина строя — расстояние по фронту между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.
- Б. Ширина строя —расстояние в глубину между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.
- В. Ширина строя —расстояние между флангами.
- Г. Ширина строя —расстояние по фронту между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.
- Д. Ширина строя —расстояние между колоннами по фронту.

8. Глубиной строя называется.

- А. Глубина строя —расстояние от первой шеренги (впередистоящего военнослужащего) до последней шеренги (позади стоящего военнослужащего)
- Б. Глубина строя —расстояние между флангами.
- В. Глубина строя —расстояние в глубину между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.
- Г. Глубина строя —расстояние в глубину между шеренгами.
- Д. Глубина строя —расстояние между колоннами в глубину.

9. Дистанцией называется.

- А. Дистанция —расстояние между флангами.
- Б. Дистанция —расстояние в глубину между военнослужащими, подразделениями и частями.
- В. Дистанция —расстояние от первой шеренги до последней.
- Г. Дистанция —расстояние в глубину между шеренгами.

Д. Дистанция — расстояние между колоннами в глубину

10. Двухшереножным строем является.

А. Двухшереножный строй — строй, в котором военнослужащие одной шеренги стоят за военнослужащими другой шеренги.

Б. Двухшереножный строй — строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу на дистанции одного шага.

В. Двухшереножный строй — строй, в котором военнослужащие одной шеренги расположены в затылок военнослужащим другой шеренги на дистанции одного шага (вытянутой руки, наложенной ладонью на плечо впереди стоящего военнослужащего).

Г. Двухшереножный строй — строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу на определённой дистанции.

Д. Двухшереножный строй — строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу на дистанции одного шага.

11. Рядом называется.

А. Ряд — строй в котором военнослужащие расположены один возле другого.

Б. Ряд — два военнослужащих, стоящих в двух шереножном строю в затылок один другому.

В. Ряд — строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу.

Г. Ряд — строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу на дистанции одного шага.

Д. Ряд — строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу на определённой дистанции.

12. Колонной называется.

А. Колонна — строй, в котором военнослужащие расположены один возле другого на одной линии, на установленных интервалах.

Б. Колонна — строй, в котором военнослужащие расположены один возле другого на одной линии.

В. Колонна — строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу, а подразделения (машины) — одно за другим на дистанциях, установленных Уставом или командиром.

Г. Колонна — два военнослужащих, стоящих в двухшереножном строю в затылок один другому.

Д. Колонна — строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу на определённой дистанции.

13. Развёрнутым строем является.

А. Развернутый строй — строй, в котором военнослужащие одной шеренги расположены в затылок военнослужащим другой шеренги.

Б. Развернутый строй — строй, в котором подразделения построены на одной линии по фронту в одношереножном или двухшереножном строю или в линию колонн на интервалах, установленных Уставом или командиром.

В. Развернутый строй — строй, в котором подразделения построены в колонну или подразделения построены один за другим на дистанциях, установленных Уставом или командиром.

Г. Развернутый строй — строй, в котором военнослужащие одной шеренги расположены в затылок военнослужащим другой шеренги на дистанции одного шага (вытянутой руки, наложенной ладонью на плечо впереди стоящего военнослужащего).

Д. Развернутый строй —строй, в котором военнослужащие расположены один возле другого на одной линии.

14. Походным строем называется.

А. Походный строй —строй, в котором подразделения построены на одной линии и по фронту в одну шеренгу или двух шеренговым строем.

Б. Походный строй —строй, в котором военнослужащие одной шеренги расположены в затылок военнослужащим другой.

В. Походный строй —строй, в котором военнослужащие одной шеренги расположены в затылок военнослужащим другой шеренги на дистанции одного шага (вытянутой руки, наложенной ладонью на плечо впереди стоящего военнослужащего).

Г. Походный строй —строй, в котором подразделения построены на одной линии и по фронту в одну шеренгу или двух шеренговым строем (в линию машин) или в линию колонн на интервалах, установленных Уставом или командиром.

Д. Походный строй —строй, в котором подразделения построены в колонну или подразделения в колоннах построены одна за другой на дистанциях, установленных Уставом или командиром.

15. Направляющим называется.

А. Направляющий —военнослужащий (подразделение, машина), движущийся последним в колонне.

Б. Направляющий —военнослужащий (подразделение, машина), движущийся первым в колонне.

В. Направляющий —военнослужащий (подразделение, машина), движущийся во главе колонны.

Г. Направляющий —военнослужащий (подразделение, машина), движущийся в центре колонны.

Д. Направляющий —военнослужащий (подразделение, машина), движущийся головным в указанном направлении.

16. Замыкающий является.

А. Замыкающий —военнослужащий (подразделение, машина), движущийся первым в колонне.

Б. Замыкающий —военнослужащий (подразделение, машина), движущийся головным в колонне.

В. Замыкающий —военнослужащий (подразделение, машина), движущийся во главе колонны.

Г. Замыкающий —военнослужащий (подразделение, машина), движущийся в центре колонны.

Д. Замыкающий —военнослужащий (подразделение, машина), движущийся последним в колонне.

17. Управление строем осуществляется.

А. Управление строем осуществляется командами и приказаниями, подаваемые голосом и с помощью средств внутренней связи.

Б. Управление строем осуществляется голосом в виде приказов и команд.

В. Управление строем осуществляется командами и приказаниями, которые подаются командиром голосом, сигналами и личным примером, а также передаются с помощью технических и подвижных средств.

Г. Управление строем осуществляется командами и приказаниями, подаваемые голосом и с помощью технических средств связи.

Д. Управление строем осуществляется командами и приказами, которые подаются командиром голосом, сигналами и личным примером.

18. Чтобы принять положение строевой стойки необходимо.

А. Стоять свободно, ослабив правую или левую ногу но не сходить с места, не ослаблять внимания и не разговаривать.

Б. Стоять прямо, без напряжения.

В. Стоять прямо, без напряжения, каблуки поставить вместе, носки выровнять по линии фронта, поставив их на ширину ступни; ноги в коленях выпрямить, но не напрягать; грудь приподнять, а все тело несколько подать вперед; живот подобрать; плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра; голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка; смотреть прямо перед собой; быть готовым к немедленному действию.

Г. Стоять прямо, без напряжения, плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра; голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка.

Д. Стоять прямо, без напряжения, ноги в коленях выпрямить, но не напрягать; грудь приподнять, а все тело несколько подать вперед; живот подобрать; плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра.

19. Положение “ВОЛЬНО”:

А. Стать свободно, но не сходить с места.

Б. Ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места и не разговаривать.

В. Ослабить в колене правую или левую ногу, не ослаблять внимания и не разговаривать.

Г. Стать свободно, ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места, не ослаблять внимания и не разговаривать.

Д. Стать свободно, не ослаблять внимания и не разговаривать.

20. Поворот кругом на месте осуществляется:

А. Повороты кругом производятся в сторону левой руки на правом каблуке и на левом носке.

Б. Повороты кругом производятся против часовой стрелки на правом каблуке и на левом носке.

В. Повороты кругом производятся в сторону правой руки на левом каблуке и на правом носке

Г. Повороты кругом производятся в сторону левой руки на левом каблуке и на правом носке.

Д. Повороты кругом производятся впо часовой стрелки на правом каблуке и на левом носке

21. Поворот на лево осуществляется:

А. Производятся против часовой стрелки на правом каблуке и на левом носке.

Б. В сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке.

В. В сторону левой руки на левом каблуке и на правом носке.

Г. В сторону правой руки на левом каблуке.

Д. Производятся впо часовой стрелки на правом каблуке и на левом носке

22. Темп строевого шага составляет:

А. 100- 110 шагов в минуту.

Б. 110- 120 шагов в минуту.

В. 120- 130 шагов в минуту.

- Г. 90-100 шагов в минуту.
- Д. 110- 130 шагов в минуту.

23. Размер строевого шага составляет:

- А. 60 – 70 см.
- Б. 80 – 90 см.
- В. 60 – 90 см.
- Г. 70 – 90 см.
- Д. 70 – 80 см.

24. Движение бегом осуществляется с темпом:

- А. 140 – 170 шагов в минуту.
- Б. 150 – 165 шагов в минуту.
- В. 140 – 165 шагов в минуту.
- Г. 165 – 180 шагов в минуту.
- Д. 170 – 185 шагов в минуту.

25. Размер шага при движении бегом:

- А. 90 — 100 см.
- Б. 60 — 70 см.
- В. 70 — 90 см.
- Г. 70 — 80 см.
- Д. 85 — 90 см.

26. При движении строевым шагом нога с оттянутым вперед носком выноситься на высоту:

- А. 20 – 25 см.
- Б. 15 – 25 см.
- В. 10 – 20 см.
- Г. 15 – 20 см.
- Д. 20 – 30 см.

27. Выполнение воинского приветствия в движении осуществляется:

- А. За 3 – 6 шагов.
- Б. За 4 – 5 шагов.
- В. За 1 – 2 шага.
- Г. За 2- 3 шага.
- Д. За 3 – 4 шагов.

28. По какой команде принимается строевая стойка

- А. "Становись" или "Смирно"
- Б. "Заправиться"
- В. "Равняйсь"
- Г. "Встать в строй"
- Д. "Руки по шву"

29. При выходе военнослужащего из строя по первой команде он.

- А. Услышав свою фамилию, поворачиваются лицом к начальнику
- Б. Выходит из строя на указанное количество шагов, считая от первой шеренги, останавливается и поворачивается лицом к строю
- В. Слегка накладывает левую руку на плечо впереди стоящего военнослужащего
- Г. Выходит из строя в сторону ближайшего фланга, делая предварительно поворот направо /налево/
- Д. Сделав один-два шага от первой шеренги прямо, на ходу поворачивается в сторону начальника

Контрольные вопросы:

- а) Что такое строй?

- б) Что такое шеренга?
- в) Что такое фланг?
- г) Что такое фронт?
- д) Что такое интервал?
- е) Что такое ряд?

Вывод: _____

Дидактический материал по выполнению Практическое занятие №3

«Отработка практических навыков строевой подготовки. Строевая подготовка»»

1. Строй и управление ими

Строй – установленное уставом размещение военнослужащих, подразделений и частей, для их совместного действия в пешем порядке и на машинах.

Шеренга – строй в котором военнослужащие размещаются один возле другого на одной линии, на установленных интервалах.

Фланг – правая (левая) оконечность строя. При поворотах строя название флангов не меняется.

Фронт – сторона строя в которую военнослужащие обращены лицом (машины – лобовой частью).

Интервал – расстояние по фронту между военнослужащими, машинами, подразделениями и частями.

Дистанция – расстояние в глубину между военнослужащими, машинами, подразделениями и частями.

Глубина строя – расстояние от первой шеренги (впередистоящего военнослужащего) до последней шеренги (позади стоящего военнослужащего).

Двухшеренговый строй – строй в котором военнослужащие одной шеренги расположены в затылок военнослужащему другой шеренги на дистанции одного шага (вытянутой руки положенной ладонью на плечо впередистоящего военнослужащего). Шеренги называют: «первой», «второй». При повороте строя название шеренги не меняется. Ряд – двое военнослужащих, стоящих в двух шеренговом строе в затылок один к другому.

Колонна – строй в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу, а подразделения (машин) одно за другим на дистанции установленной уставом или командиром. Колонны применяются для подразделений и частей в развернутом или походном строю.

Развернутый строй – строй в котором подразделения построены на одной линии по фронту в одно или двух шеренговом строю (в линию машин или колонн) на установленных уставом или командиром интервалах). Применяются для проведения проверок, смотров, а так же в других случаях.

Походный строй – строй, в котором подразделения построены в колонну или подразделения в колоннах, построены одно за другим на дистанциях установленных уставом или командиром.

На первом занятии по строевой подготовке надо показать элементы строя, дать уставные определения, рассказать о незнании элементов строя и основных команд по управлению строем.

После построения в развернутый одношереножный строй командир объясняет, показывает и дает определения флангу и фронту строя, тыльной стороне строя, интервалу и ширине строя.

Тыльная сторона строя — сторона, противоположная фронту. Интервал — расстояние по фронту между студентами, под разделениями и частями.

Командиру необходимо подчеркнуть, что в сомкнутом строю, в котором сейчас находятся обучаемые, интервал между локтями рядом стоящих должен быть равен ширине ладони.

Ширина строя — расстояние между флангами.

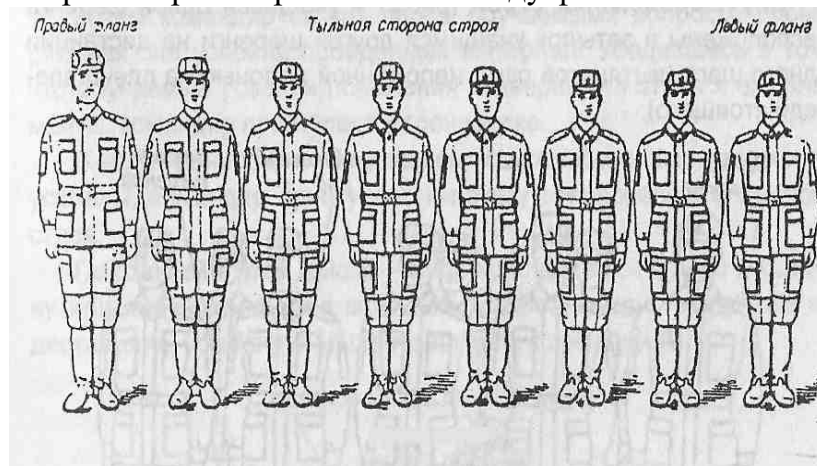


Рис.1. Одношереножный строй (шеренга) и его элементы

После объяснения и показа элементов одношереножного строя командир выстраивает отделение в двухшереножный строй и дает его определение. Двухшереножный строй (рис. 2) учащиеся одной шеренги расположены в затылок учащимся другой шеренги на дистанции одного шага (вытянутой руки, наложенной ладонью на плечо впереди стоящего).



Рис. 2 Двухшереножный строй и его элементы
строй, командир размыкает двух.

Командир предлагает проверить дистанцию между шеренгами, для чего обучаемый второй шеренги, вытянув левую руку кладут ладонь на плечо впереди стоящего. Если за обучаемым первой шеренги не стоит в затылок обучаемый второй шеренги, такой ряд называется полным; последний ряд всегда должен быть полным.

При повороте двухшереножного строя кругом учащийся полного ряда переходит во впереди стоящую шеренгу.

Четыре человека и менее всегда строятся в одну шеренгу, чтобы показать разомкнутый

двухшереножный строй и поясняет, что в разомкнутом строю обучаемые в шеренгах расположены по фронту один от другого на интервалах в один шаг или же на интервалах, указанных командиром.



Рис.3. Походный строй в колонну по два

Затем командир ставит перед обучаемыми вопросы, проверяя, как они усвоили пройденный материал. Убедившись в том, что обучаемые усвоили положения развернутого строя и его элементы, командир приступает к тренировке.

В ходе тренировки, убедившись, что отработанные положения усвоены, командир приступает к показу и пояснению походного строя.

Походный строй (рис. 3) — подразделение построено вколонну или подразделения в колоннах построены одно за другим на дистанциях, установленных уставом или командиром.

Командир, построив обучаемых в колонну, объясняет, что колонна — это строй, в котором учащиеся расположены в затылок друг другу. Колонны могут быть по одному, по два, по три, по четыре человека и более. Колонны применяются для построения подразделений и частей в походный или развернутый строй. Командир указывает, что отделение строится в колонну по одному, по два, взвод — по одному, по два, по три, а взвод из четырех отделений — в колонну по четыре.

Направляющий — учащийся (подразделение, машина), движущийся головным в колонне в указанном направлении. По направляющему соблюдают свое движение остальные.

Замыкающий — учащийся (подразделение, машина), движущийся последним в колонне.

Глубина строя — расстояние от первой шеренги до последней шеренги, а при действиях на машинах — расстояние от первой линии машин до последней линии машин.

Для наглядности при показе элементов строя целесообразно построить одно из отделений перед строем взвода (роты) и показать на нем все элементы строя.

После показа походных строев и их элементов командир проверяет усвоение изучаемого материала, задавая контрольные вопросы. Убедившись, что подчиненные усвоили данный раздел, командир переходит к изучению следующего вопроса.

Строевой расчет. При формировании сборных команд производится их строевой расчета подразделения.

Строевой расчет заключается в расчете учащихся на подразделения (батальоны, роты, взводы и отделения) и в определении места каждого студента в строю.

Расчет производится по команде «По порядку — РАССЧИТАЙСЬ». По этой команде расчет начинается с правого фланга: каждый называет свой номер, быстро поворачивая голову к стоящему слева от него, и быстро ставит ее прямо; левофланговую голову не поворачивает.

Строевой расчет во взводах производится в следующем порядке: командиры отделений выстраиваются в одной шеренге перед серединой строя лицом к нему. Остальной личный состав взвода выравнивается, и производится расчет по общей нумерации, как указано ранее, после чего командир взвода производит расчет по отделениям, называя, например: пятый ряд — левый фланг первого отделения, десятый ряд — левый фланг второго отделения и т.д. Левофланговые первых шеренг в отделениях при наименовании отделений вытягивают руку вперед. Затем по команде командира взвода: «Первое и второе отделение, НАПРАВО, первое — десять, второе — пять шагов вперед, ШАГОМ — МАРШ», отделения принимают указанный интервал (дистанцию).

По команде командира взвода «Командиры отделений ВСТАТЬ В СТРОЙ», назначенные командиры отделений становятся на правых флангах своих отделений и поворачиваются кругом. Затем производится расчет взвода в отделениях на первый второй. Командиры отделений в расчет не входят.

2. Строевая стойка

Строевая стойка принимается по команде «СТАНОВИСЬ» или «СМИРНО». По этой команде стоять прямо, без напряжения, каблуки поставить вместе, носки выровнять по линии фронта, поставив их на ширину ступни; ноги в коленях выпрямить, но не напрягать; грудь приподнять, а все тело несколько подать вперед; живот подобрать; плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра; голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка; смотреть прямо перед собой; быть готовым к немедленному действию.

Строевая стойка на месте принимается и без команды: при отдании и получении приказа, при докладе, во время исполнения Государственного гимна Российской Федерации, при выполнении воинского приветствия, а также при подаче команд.

По команде «**ВОЛЬНО**» стать свободно, ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места, не ослаблять внимания и не разговаривать.

По команде «**ЗАПРАВИТЬСЯ**», не оставляя своего места в строю, поправить оружие, обмундирование и снаряжение. При необходимости выйти из строя за разрешением обратиться к непосредственному начальнику.

Перед командой «**ЗАПРАВИТЬСЯ**» подается команда «**ВОЛЬНО**».

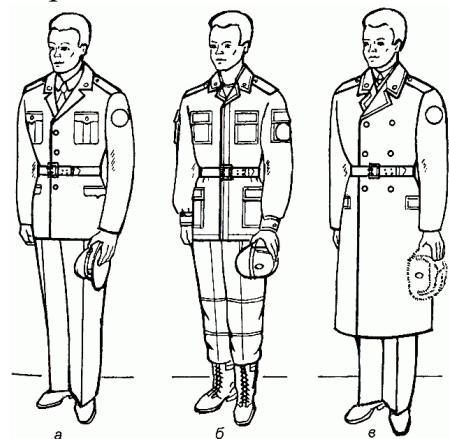


Рис. 5. Положение снятого головного убора: *а* - фуражки; *б* – фуражки полевой хлопчатобумажной; *в* - шапки-ушанки

Для снятия головных уборов подается команда «**Головные уборы (головной убор) - СНЯТЬ**», а для надевания - «**Головные уборы (головной убор) - НАДЕТЬ**». При необходимости одиночные военнослужащие головной убор снимают и надевают без команды.

Снятый головной убор держится в левой свободно опущенной руке кокардой вперед (рис. 5).

Без оружия или с оружием в положении «за спину» головной убор снимается и надевается правой рукой, а с оружием в положениях «на ремень», «на грудь» и «у ноги» - левой. При снятии головного убора с карабином в положении «на плечо» карабин предварительно берется к ноге.

Повороты на месте. Повороты на месте выполняются по командам: «Напра-ВО», «Пол-оборота напра-ВО», «Нале-ВО», «Пол-оборота нале-ВО», «Кру-ГОМ».

Повороты кругом (на 1/2 круга), налево (на 1/4 круга), пол-оборота налево (на 1/8 круга) производятся в сторону левой руки на левом каблуке и на правом носке; направо и пол-оборота направо - в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке. Повороты выполняются в два приема:

- *первый прием* - повернуться, сохраняя правильное положение корпуса, и, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела на впереди стоящую ногу;
- *второй прием* - кратчайшим путем приставить другую ногу.

Движение. Движение совершается шагом или бегом.

Движение шагом осуществляется с темпом 110-120 шагов в минуту. Размер шага - 70-80 см.

Движение бегом осуществляется с темпом 165-180 шагов в минуту. Размер шага - 85-90 см.

Шаг бывает строевой и походный.

Строевой шаг применяется при прохождении подразделений торжественным маршем; при выполнении ими воинского приветствия в движении; при подходе военнослужащего к начальнику и при отходе от него; при выходе из строя и возвращении в строй, а также на занятиях по строевой подготовке.

Походный шаг применяется во всех остальных случаях.

Движение строевым шагом начинается по команде «**Строевым шагом - МАРШ**» (в движении «Строевым - МАРШ»), а движение походным шагом - по команде «**Шагом - МАРШ**».

По предварительной команде подать корпус несколько вперед, перенести тяжесть его больше на правую ногу, сохраняя устойчивость; по исполнительной команде начать движение с левой ноги полным шагом.

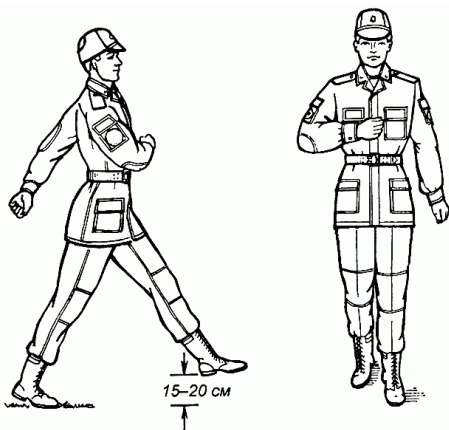


Рис. 6. Движение строевым шагом

держат прямо, смотреть перед собой.

При движении походным шагом ногу выносить свободно, не оттягивая носок, и ставить ее на землю, как при обычной ходьбе; руками производить свободные движения около тела.

При движении походным шагом по команде «СМИРНО» перейти на строевой шаг.

При движении строевым шагом по команде «ВОЛЬНО» идти походным шагом.

Движение бегом начинается по команде «Бегом - МАРШ».

При движении с места по предварительной команде корпус слегка подать вперед, руки полусогнуть, отведя локти несколько назад; по исполнительной команде начать бег с левой ноги, руками производить свободные движения вперед и назад в такт бега.

Для перехода в движении с шага на бег по предварительной команде руки полусогнуть, отведя локти несколько назад. Исполнительная команда подается одновременно с постановкой левой ноги на землю. По этой команде правой ногой сделать шаг и с левой ноги начать движение бегом.

Для перехода с бега на шаг подается команда «Шагом - МАРШ». Исполнительная команда подается одновременно с постановкой правой ноги на землю. По этой команде сделать еще два шага бегом и с левой ноги начать движение шагом.

Шаг на месте

Обозначение шага на месте производится по команде «На месте, шагом - МАРШ» (в движении - «НА МЕСТЕ»).

По этой команде шаг обозначать подниманием и опусканием ног, при этом ногу поднимать на 15-20 см от земли и ставить ее на всю ступню, начиная с носка; руками производить движения в такт шага (рис. 7). По команде «ПРЯМО», подаваемой одновременно с постановкой левой ноги на землю, сделать правой ногой еще один шаг на месте и с левой ноги начать движение полным шагом. При этом первые три шага должны быть строевыми.

Для прекращения движения подается команда.

Например: «Рядовой Петров - СТОЙ».

По исполнительной команде, подаваемой одновременно с постановкой на землю правой или левой ноги, сделать еще один шаг и, приставив ногу, принять строевую стойку.

Для изменения скорости движения подаются команды: «ШИРЕ ШАГ», «КОРОЧЕ ШАГ», «ЧАЩЕ ШАГ», «РЕЖЕ ШАГ», «ПОЛШАГА», «ПОЛНЫЙ ШАГ».

Для перемещения одиночных военнослужащих на несколько шагов в сторону подается команда.

Например: «Рядовой Петров. Два шага вправо (влево), шагом - МАРШ».

По этой команде сделать два шага вправо (влево), приставляя ногу после каждого шага.

Для перемещения вперед или назад на несколько шагов подается команда.

Например: «**Два шага вперед (назад), шагом - МАРШ**».

По этой команде сделать два шага вперед (назад) и приставить ногу.

При перемещении вправо, влево и назад движение руками не производится.

Повороты в движении. Повороты в движении выполняются по командам: «Напра-ВО», «Пол-оборота напра-ВО», «Нале-ВО», «Пол-оборота нале-ВО», «Кругом - МАРШ».

Для поворота направо, пол-оборота направо (налево, пол-оборота налево) исполнительная команда подается одновременно с постановкой на землю правой (левой) ноги. По этой команде с левой (правой) ноги сделать шаг, повернуться на носке левой (правой) ноги, одновременно с поворотом вынести правую (левую) ногу вперед и продолжать движение в новом направлении.

Для поворота кругом исполнительная команда подается одновременно с постановкой на землю правой ноги. По этой команде сделать еще один шаг левой ногой (по счету раз), вынести правую ногу на полшага вперед и несколько влево и, резко повернувшись в сторону левой руки на носках обеих ног (по счету два), продолжать движение с левой ноги в новом направлении (по счету три).

При поворотах движение руками производится в такт шага.

3. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении

Воинское приветствие выполняется четко и молодежато, с точным соблюдением правил строевой стойки и движения.

Для выполнения воинского приветствия на месте вне строя без головного убора за три-четыре шага до начальника (старшего) повернуться в его сторону, принять строевую стойку и смотреть ему в лицо, поворачивая вслед за ним голову.

Если головной убор надет, то, кроме того, приложить кратчайшим путем правую руку к головному убору так, чтобы пальцы были вместе, ладонь прямая, средний палец касался нижнего края головного убора (у козырька), а локоть был на линии и высоте плеча (рис. 8). При повороте головы в сторону начальника (старшего) положение руки у головного убора остается без изменения (рис. 9).

Когда начальник (старший) минует выполняющего воинское приветствие, голову поставить прямо и одновременно с этим опустить руку.

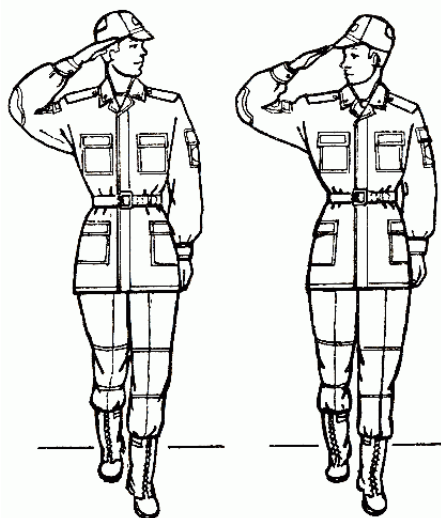


Рис. 9. Выполнение воинского приветствия в движении

Для выполнения воинского приветствия в движении вне строя без головного убора за три-четыре шага до начальника (старшего) одновременно с постановкой ноги прекратить движение руками, повернуть голову в его сторону и, продолжая движение, смотреть ему в лицо. Пройдя начальника (старшего), голову поставить прямо и продолжать движение руками.

При надетом головном уборе одновременно с постановкой ноги на землю повернуть голову и приложить правую руку к головному убору, левую руку держать неподвижно у бедра (рис. 9); пройдя начальника (старшего), одновременно с постановкой левой ноги на землю голову поставить прямо, а правую руку опустить.

При обгоне начальника (старшего) воинское приветствие выполнять с первым шагом обгона.

Со вторым шагом голову поставить прямо, и правую руку опустить.

Если у военнослужащего руки заняты ношей, воинское приветствие выполнять поворотом головы в сторону начальника (старшего).

Выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него

Для выхода военнослужащего из строя подается команда.

Например: «**Рядовой Иванов. ВЫЙТИ ИЗ СТРОЯ НА СТОЛЬКО-ТО ШАГОВ**» или «**Рядовой Иванов. КО МНЕ (БЕГОМ КО МНЕ)**».

Военнослужащий, услышав свою фамилию, отвечает: «**Я**», а по команде о выходе (о вызове) из строя отвечает: «**Есть**». По первой команде военнослужащий строевым шагом выходит из строя на указанное количество шагов, считая от первой шеренги, останавливается и поворачивается лицом к строю. По второй команде военнослужащий, сделав один-два шага от первой шеренги прямо, на ходу поворачивается в сторону начальника, кратчайшим путем строевым шагом подходит (подбегает) к нему и, остановившись за два-три шага, докладывает о прибытии.

Например: «**Товарищ лейтенант. Рядовой Иванов по вашему приказу прибыл**» или «**Товарищ полковник. Капитан Петров по вашему приказу прибыл**».

При выходе военнослужащего из второй шеренги он слегка накладывает левую руку на плечо впереди стоящего военнослужащего, который делает шаг вперед и, не приставляя правой ноги, шаг вправо, пропускает выходящего из строя военнослужащего, затем становится на свое место.

При выходе военнослужащего из первой шеренги его место занимает стоящий за ним военнослужащий второй шеренги.

При выходе военнослужащего из колонны по два, по три (по четыре) он выходит из строя в сторону ближайшего фланга, делая предварительно поворот направо (налево). Если рядом стоит военнослужащий, он делает шаг правой (левой) ногой в сторону и, не приставляя левой (правой) ноги, шаг назад, пропускает выходящего из строя военнослужащего и затем становится на свое место.

При выходе военнослужащего из строя с оружием положение оружия не изменяется, за исключением карабина в положении «на плечо», который при начале движения берется в положение «к ноге».

Для возвращения военнослужащего в строй подается команда.

Например: «**Рядовой Иванов. СТАТЬ В СТРОЙ**» или только «**СТАТЬ В СТРОЙ**».

По команде «**Рядовой Иванов**» военнослужащий, стоящий лицом к строю, услышав свою фамилию, поворачивается лицом к начальнику и отвечает: «**Я**», а по команде «**СТАТЬ В СТРОЙ**», если он без оружия или с оружием в положении «за спину», прикладывает руку к головному убору, отвечает: «**Есть**», поворачивается в сторону движения, с первым шагом опускает руку, двигаясь строевым шагом, кратчайшим путем становится на свое место в строю.

Если подается только команда «**СТАТЬ В СТРОЙ**», военнослужащий возвращается в строй без предварительного поворота к начальнику.

При действии с оружием после возвращения в строй оружие берется в то положение, в котором оно находится у стоящих в строю военнослужащих.

При подходе к начальнику вне строя военнослужащий за пять-шесть шагов до него переходит на строевой шаг, за два-три шага останавливается и одновременно с приставлением ноги прикладывает правую руку к головному убору, после чего докладывает о прибытии (ст. 69). По окончании доклада руку опускает.

При подходе к начальнику с оружием положение оружия не изменяется, за исключением карабина в положении «на плечо», который берется в положение «к

ноге» после остановки военнослужащего перед начальником. Рука к головному убору не прикладывается, за исключением случая, когда оружие находится в положении «за спину».

При отходе от начальника, получив разрешение идти, военнослужащий прикладывает правую руку к головному убору, отвечает: «Есть», поворачивается в сторону движения, с первым шагом опускает руку и, сделав три-четыре шага строевым, продолжает движение походным шагом.

При отходе от начальника с оружием положение оружия не изменяется, за исключением карабина, который из положения «к ноге», если необходимо, берется военнослужащим в другое положение после ответа «Есть».

Начальник, подавая команду на возвращение военнослужащего в строй или давая ему разрешение идти, прикладывает руку к головному убору и опускает ее.

Практическое занятие №4

«Изучение и освоение основных приёмов оказания первой помощи при кровотечениях»

Цель занятия: Изучить и освоить основные приёмы оказания первой помощи при кровотечениях.

Содержание занятия:

1. Отработка основных приёмов оказания первой помощи при кровотечениях.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

1. Решить ситуационные задачи.

2. Контрольные вопросы

3. Записать вывод

Ситуационная задача №1:

В результате удара тупым предметом возникло значительное носовое кровотечение. В распоряжении имеются вата и полоска ткани (ширина 5 см, длина 50 см). Какова последовательность оказания первой помощи?

Ситуационная задача № 2

В результате ножевого ранения возникло сильное артериальное кровотечение из подколенной артерии. Никаких инструментов и перевязочного материала нет, кроме собственной одежды. Какова последовательность оказания первой помощи?

Ситуационная задача № 3

Упавшее стекло нанесло резаную рану на передней поверхности предплечья. Из раны струей вытекает венозная кровь. Специальных приспособлений для остановки кровотечения нет. Нет стерильного перевязочного материала. В распоряжении оказывающего помощь имеются носовой платок, раствор этикридиналактата (риванол), электрический утюг, кипящий чайник на плите. Какова последовательность действий при оказании первой помощи?

Контрольные вопросы.

1. Дайте формулировку кровотечению и перечислите виды кровотечений.
2. Перечислите виды ран.
3. Какие ошибки бывают при наложении жгута?
4. Какие способы остановки кровотечений и какие виды повязок существуют?
5. Назовите виды переломов, перечислите признаки переломов.
6. Как оказать помощь при открытом и закрытом переломе?
7. Каков алгоритм оказания первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности.
8. Раскройте понятия «дыхание», «искусственное дыхание», «анатомическая и физиологическая сущность дыхания».

9. Каковы отличительные особенности проведения искусственного дыхания при наличии в воздухе опасных веществ.
10. Укажите основные способы проведения искусственного дыхания в полевых условиях.
11. Какова технология искусственного дыхания по способу «поворот Степанского».
12. Как проводится искусственное дыхание выдыхаемым воздухом и в чём его достоинства – алгоритм действий.

Вывод:

**Дидактический материал по выполнению
Практическое занятие №4
«Изучение и освоение основных приёмов оказания первой помощи при
кровотечениях»**

Кровотечением называют истечение крови из повреждённого кровеносного сосуда. В зависимости от вида повреждённых сосудов различают артериальное, венозное, капиллярное и паренхиматозное кровотечения. Кровотечения отличаются друг от друга клинической картиной и особенностями методов остановки.

Первая помощь при кровотечениях.

При несчастных случаях рядом с пострадавшими, как правило, оказываются люди, не имеющие медицинского образования, и от того, как они поведут себя, будет зависеть здоровье, а нередко и жизнь человека.

В зависимости от вида кровотечения (артериальное, венозное, капиллярное) и имеющихся при оказании первой медицинской помощи средств осуществляют временную или окончательную его остановку.

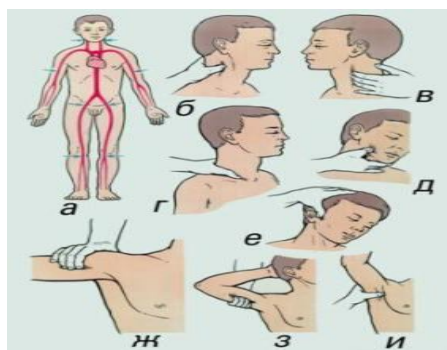
Промойте рану антисептическим средством (перекись водорода, спиртовой раствор йода). Если нет медицинских средств промойте рану водой с мылом.

Для очистки загрязнённых ран используйте чистую салфетку или стерильный тампон. Очистку раны начинайте с середины, двигаясь к ее краям. Наложите повязку.

Помощь врача необходима в случае, если есть риск проникновения в рану инфекции.

Артериальные кровотечения.

При артериальном кровотечении может применяться метод пальцевого прижатия артерий. Этот метод может применяться для временной остановки кровотечения на конечностях. Сдавливание артерии пальцем удаётся временно остановить кровотечение и вызвать «скорую помощь». Артерию прижимают выше места повреждения, там, где она лежит не очень глубоко и может быть придавлена к кости.



Сонная артерия прижимается ниже раны.

Пальцевое прижатие артерий — самый доступный и быстрый способ временной остановки артериального кровотечения. Артерии прижимаются в местах, где они проходят вблизи кости или над ней.

Височную артерию прижимают большим пальцем к височной кости впереди ушной раковины при кровотечении из ран головы.

Нижнечелюстную артерию прижимают большим пальцем к углу нижней челюсти при кровотечении из

ран, расположенных на лице.

Существует еще один способ остановки артериального кровотечения - наложение жгута. Жгут накладывается на конечность примерно на 5 см выше повреждения.



Он на голое тело не накладывается. В качестве жгута можно использовать полоску материи, платок, шарф и т.д.

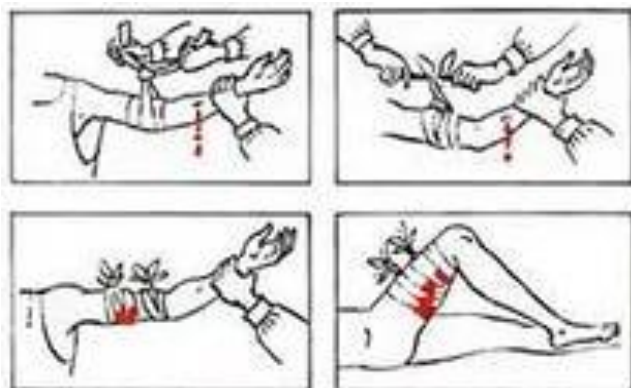
Время наложения жгута записывают на листке и прикалывают ее к нему или

повязке. Очень важно знать, так как нельзя оставлять его на конечности более 2 часов в летнее время и 1 часа в зимнее время – существует опасность омертвления конечности.

Венозные кровотечения.



При венозном кровотечении бывает достаточно высоко поднять конечность и наложить давящую повязку. На кровоточащую рану накладывается стерильный бинт или чистая ткань. Поверх - плотный валик бинта (ваты), который туго прибинтовывают. При правильном наложении кровотечение останавливается. Повязку можно не снимать до доставки в лечебное учреждение.



При кровотечении из крупных подкожных вен жгут может накладываться ниже места повреждения сосуда с силой, вызывающей сдавливание только поверхностных вен. Такой жгут может оставаться в течение шести часов.

В любом случае необходимо наложить на рану стерильную повязку или чистую ткань.

4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

Предметом оценки являются личностные, метапредметные и предметные результаты обучения. Оценка освоения учебной дисциплины предусматривает следующие формы промежуточной аттестации:

Семестры							
1	2	3	4	5	6	7	8
	Дифференцированный зачет						

ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ЗАЧЕТ

1. Условия аттестации: аттестация проводится в форме дифференцированного зачета по завершению освоения учебного материала дисциплины и положительных результатах текущего контроля успеваемости.

2. Время аттестации: На проведение аттестации отводится 2 академических часа.

3. План варианта (соотношение контрольных задач/вопросов с содержанием учебного материала в контексте характера действий аттестуемых).

4. Общие условия оценивания

Оценка по промежуточной аттестации носит комплексный характер и включает в себя:

- результаты прохождения текущего контроля успеваемости;
- результаты выполнения аттестационных заданий.

5. Перечень вопросов и заданий для проведения дифференцированного зачета

1. Основные составляющие здорового образа жизни.
2. Сформулируйте основные принципы рационального питания
3. Как влияет состояние окружающей среды на здоровье человека?
4. Влияние алкоголя на здоровье человека.
5. Курение и его влияние на состояние здоровья.
6. В чем заключается социальная опасность наркомании?
7. Меры профилактики курения, употребления алкоголя.
8. Профилактика наркомании.
9. Правила дорожного движения
10. Правила перехода граждан через железнодорожные пути.
11. Дайте понятие репродуктивное здоровье.
12. Какие вопросы регулируются Семейным кодексом РФ?
13. Права несовершеннолетних детей.
14. Права и обязанности родителей.
15. Дайте определение понятия ЧС. Как классифицируются ЧС?
16. Назовите виды природных пожаров и правила поведения в лесу в пожароопасный сезон.
17. Назовите основные задачи Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)
18. Основные задачи гражданской обороны.
19. Каково назначение мониторинга и прогнозирования ЧС?
20. Для каких целей организуется оповещение населения и какими техническими средствами??
21. Действия населения при эвакуации.
22. Виды защитных сооружений гражданской обороны.
23. Что относится к аварийно-спасательным работам?
24. Что делать если Вы обнаружили подозрительный предмет?
25. Боевые традиции Вооруженных Сил России.
26. Первая помощь при термическом ожоге.
27. Первая помощь при отравлениях.
28. Первая помощь при потере сознания.
29. Первая помощь при воздействии высоких температур.
30. Первая помощь при воздействии низких температур.
31. Классификация инфекционных болезней.
32. В чем заключается профилактика инфекционных заболеваний?
33. Каково главное условие рождения здорового ребенка?

7. Варианты заданий для проведения дифференцированного зачета Вариант № 1

1. Здоровый образ жизни — это:

- А) мировоззрение человека, которое складывается из знаний о здоровье
- Б) индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья
- В) система жизнедеятельности человека, в которой главным составляющим является отказ от курения, алкоголя и диетическое питание
- Г) это установленный человеком режим занятий физической культурой и спортом, а также профилактика заболеваний

2. Вставьте пропущенное слово или словосочетание

..... – это сооружения, предназначенные для защиты людей от последствий аварий (катастроф) и стихийных бедствий в мирное время, а также от поражающих факторов оружия массового поражения и обычных средств нападения противника в военное время

3. Соотнесите виды кровотечений с их характеристиками:

виды кровотечений	характеристика кровотечений
1) Смешанное	А) Кровь имеет темный цвет, не пульсирует, вытекает из раны спокойно, непрерывно
2) Венозное	Б) Кровь сочится по всей поверхности раны
3) Артериальное	В) Возникает при множественных повреждениях, как при поверхностных, так и глубоких
4) Капиллярное	Г) Кровь алого цвета, вытекает из раны пульсирующей струей
5) Внутреннее	Д) Возникает при повреждении внутренних органов, не видно снаружи

4. Установите последовательность действий при заблаговременном оповещении об угрозе ураганов, бурь, смерчей

- А. Закройте и укрепите двери, окна, чердачные люки и вентиляционные отверстия
- Б. Включите телевизор, радио, послушайте рекомендации
- В. Возьмите необходимые вещи и документы и выдвигайтесь в укрытие
- Г. Подготовьте запасы продуктов питания и питьевой воды
- Д. Отключите газ, воду, электричество, погасите огонь в печи

5. Какие основные функции выполняет питание в жизни человека?

- А) снижает психологические и физические нагрузки
- Б) осуществляет необходимое взаимодействие между духовным и физическим здоровьем
- В) поддерживает биологическую жизнь и обеспечивает постоянный обмен веществ и энергии между организмом человека и окружающей средой
- Г) позволяет успешно преодолевать физические и психологические нагрузки в процессе повседневной деятельности

6. Вставьте пропущенное слово или словосочетание

Смещение костей относительно друг друга в области сустава называется.....

7. Соотнесите место радиационной аварии со временем её возникновения

Место радиационной аварии	Дата
1) Чернобыль, СССР	А) 29 сентября 1957 года
2) Кыштым, Южный Урал, СССР	Б) 10 октября 1957 года
3) Три МайлАйленд, США	В) 28 марта 1979 года

4) Фукусима, Япония	Г) 26 апреля 1986 года
5) Виндскэйл, Великобритания	Д) 11 марта 2011 года

8. Установите последовательность действий при заблаговременном оповещении о наводнении

- А. Включить телевизор, радио, выслушайте сообщения и рекомендации
- Б. Перенесите на верхние этажи ценные вещи
- В. Отключите газ, воду и электричество, погасите огонь в печах
- Г. Выйдите из здания и направляйтесь на эвакуационный пункт
- Д. Возьмите необходимые вещи и документы

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

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

10. Вставьте пропущенное слово или словосочетание

..... **оружие** – это оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.

11. Соотнесите телефоны с городскими службами безопасности

Телефоны	городские службы безопасности
1) 01	А) Служба газа
2) 02	Б) Скорая помощь
3) 03	В) Полиция
4) 04	Г) Единая служба спасения
5) 112	Д) Пожарная охрана

12. Установите последовательность действий для оказания помощи в случае клинической смерти:

- А. начать ИВЛ;
- Б. нанести прекардиальный удар;
- В. приступит к закрытому массажу сердца;
- Г. поручить вызвать "Скорую помощь" и до прибытия врача продолжать реанимацию;
- Д. при отсутствии реакции зрачков на свет и пульса на сонной артерии, перевернуть пострадавшего на спину

13. Определите, кто является верховным главнокомандующим?

- а) Министр обороны
- б) Маршал
- в) Генерал армии
- г) Президент РФ.

14. Мужчин призывают на военную службу в Российскую армию с 18 до ____ лет.

15. Соотнесите понятие с определением

1. Здоровый образ жизни - это	а) дезактивация
2. Двенадцатибалльная шкала, принятая Всемирной метеорологической	б) индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение

организацией для приближенной оценки скорости ветра по его воздействию на наземные предметы или по волнению в открытом море.	и укрепление своего здоровья.
3. Недостаток витаминов в организме – это	в) Шкала Бофорта
4. Отдых, необходимый для восстановления сил организма после физической и умственной нагрузки в процессе трудовой деятельности, занятий физическими упражнениями, спортом – это	г) головокружение, тошнота и рвота, уменьшение сердечных сокращений и понижение артериального давления, возбуждение или депрессивное состояние
5. Удаление радиоактивных веществ с обмундирования (одежды), оружия, боевой техники, транспорта, продовольствия, местности и т.п.	д) Рекреация
6. Признаками алкогольного отравления являются:	е) Гиповитаминоз
	ж) Шкала Рихтера

16. Определите правильную последовательность сведений сообщаемых при вызове "скорой помощи":

- А. Назвать точное местонахождение происшествия; приметы и опознавательные знаки;
- Б. Назвать тип и серьезность происшествия;
- В. Назвать свой номер телефона;
- Г. Назвать подробности об аварии, предположительный диагноз, количество, пол, примерный возраст пострадавших.

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

- А) в законе « Об обороне»;
- Б) в законе « О воинской обязанности и военной службе»;
- В) в законе « О статусе военнослужащих»;
- Г) в законе « О безопасности».

18. Вставьте пропущенное слово или словосочетание

..... – это идеология насилия и практика воздействия на принятие решения органами государственной власти, органами местного самоуправления или международными органами защиты, связанные с устрашением населения и иными формами противоправных насильственных действий.

19. Установите соответствие между группой работ в зонах чрезвычайных ситуаций и их видом (ответ представьте цифрой с буквой, например - 2в):

1) Аварийно-спасательные работы	а) поисково-спасательные работы б) горноспасательные работы в) работы по устройству безопасных проездов в завалах и на заражённых участках г) газоспасательные работы
2) Неотложные работы	д) противодымные работы е) локализация аварий на газовых, энергетических, водопроводных и других сетях в интересах ведения спасательных работ

	ж) работы, связанные с тушением пожаров
	з) укрепление или обрушение конструкций зданий и сооружений, угрожающих обвалом и препятствующих безопасному движению и проведению спасательных работ
	и) ремонт и восстановление поврежденных и разрушенных линий связи и коммунально - энергетических сетей в целях обеспечения спасательных работ; обнаружение, обезвреживание и уничтожение взрывоопасных предметов
	к) ремонт и восстановление поврежденных защитных сооружений

20. Определите правильную последовательность действий при травме с потерей сознания:

- А. повернуть пострадавшего на живот;
- Б. наложить повязки на раны;
- В. очистить ротовую полость;
- Г. остановить кровотечение;
- Д. убедиться в наличии пульса на сонной артерии;
- Е. вызвать "скорую помощь"

ВАРИАНТ № 2

1. 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 просьбе совершеннолетних детей супругов.

2. Годен к военной службе с незначительными ограничениями - это категория

3. Соотнесите названия аварийно химически опасных веществ (АХОВ) с их характеристикой

Название АХОВ	Характеристика АХОВ
1) Хлор	А) Газ с удушливым неприятным запахом, напоминает запах гнилых плодов, прелого сена
2) Аммиак	Б) Серебристый жидкий металл, тяжелее всех известных жидкостей
3) Фосген	В) Зеленовато-желтый газ, с резким удушливым запахом, тяжелее воздуха, застаивается в нижних этажах зданий, в низинах
4) Ртуть	Г) Бесцветный газ с резким удушливым запахом, легче воздуха. Проникает в верхние этажи зданий
5) Метиловый спирт (древесный спирт, метанол)	Д) Бесцветная прозрачная, легкоподвижная жидкость с характерным запахом винного спирта и жгучим неприятным вкусом

4. Последовательность действий при укусе животного:

- А) наложить стерильную повязку
- Б) доставить в лечебное учреждение
- В) промыть рану водой с мылом
- Г) смазать кожу вокруг раны настойкой йода

5. К видам Вооруженных Сил Российской Федерации 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.

6. Вставьте пропущенное слово или словосочетание

Чрезвычайная ситуация (ЧС) – это обстановка, которая оказывает отрицательное влияние на жизнедеятельность человека и приводит к среди людей.

7. Соотнесите виды транспорта с опасностями (опасными местами)

Виды транспорта	Опасности (опасные места)
1) Морской и речной транспорт	А) Пожар в салоне, разгерметизация салона, терроризм, погодные условия
2) Авиационный транспорт	Б) Пути железнодорожные, турникет, платформа, эскалатор, высокое электрическое напряжение
3) Железнодорожный транспорт	В) Дорожное транспортное происшествие, пожар
4) Общественный транспорт (автобус, троллейбус, такси)	Г) Пути железнодорожные, платформа
5) Метро	Д) Палуба, открытые иллюминаторы, не закреплено палубное ограждение

8. Вы – в лесу, где возник пожар. Определите правильную последовательность действий:

А) быстро выходить из леса в наветренную сторону

Б) определить направление распространения огня

В) выбрать маршрут выхода из леса в безопасное место

Г) определить направление ветра

9. Пассивный курильщик — это человек:

А) находящийся в одном помещении с курильщиком;

Б) выкуривающий до двух сигарет в день;

В) выкуривающий одну сигарету натошак;

Г) курильщик-одиночка

10. Вставьте пропущенное слово или словосочетание

Верховным главнокомандующим Вооружёнными Силами Российской Федерации в соответствии с Конституцией является

11. Соотнесите место перелома с положением пострадавшего при транспортировке

Место перелома	Положение пострадавшего при транспортировке
1) плечо, предплечье	А) свободная позиция, при общей слабости – сидя или лежа
2) кисть	Б) сидя, при общей слабости лежа
3) бедро	В) лежа на спине
4) голень	
5) стопа	

12. Укажите последовательность действий при запахе газа в квартире:

А) выключить электрические приборы

Б) выключить конфорки газовой плиты

В) перекрыть газовый кран

Г) позвонить по телефону 04

13. Граждане РФ проходят военную службу:

- А) по призыву и в добровольном порядке (по контракту);
- Б) только в добровольном порядке (по контракту);
- В) только по призыву, по достижении определенного возраста

14. Дополните информацию: _____ населения – это комплекс мероприятий по организованному вывозу (выводу) населения из зон чрезвычайных ситуаций или вероятных чрезвычайных ситуаций и его временному размещению в заранее подготовленных безопасных районах».

15. Соотнесите понятие с определением

1. Шкала магнитуд, основанная на оценке энергии сейсмических волн, возникающих при землетрясении	а) Шкала Бофорта
2. Избыток витаминов при приеме витаминных препаратов - это	б) гипервитаминоз
3. Недостаток кислорода – это	в) Шкала Рихтера
4. Рациональное распределение всех видов деятельности и отдыха в течение суток, повторяющийся изо дня в день автоматизм жизненных процессов – это	г) гипоксия
5. Средство индивидуальной защиты органов дыхания от попадания аэрозолей (пыль, дым, туман) и/или вредных газов.	д) Режим дня
6. Какие мероприятия выполняют для устранения инфекции.	е) респиратор
	ж) дезинфекция

16. Установить последовательность действий при появлении резких болей в области сердца:

- А. расстегните больному воротник рубашки, застежку бюстгальтера, ослабьте пояс, снимите с него галстук;
- Б. если больной находится в полном сознании, устройте его в полулежачем положении;
- В. вызовите скорую помощь;
- Г. не разрешайте ему двигаться без особой нужды;
- Д. не давайте ему ни пить, ни есть;
- Е. если больной потеряет сознание, переверните его на грудь и уложите в удобную для дыхания позу;

17. Назовите основные территориальные уровни Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

- А) муниципальный;
- Б) региональный;
- В) городской;
- Г) территориальный;
- Д) местный;
- Е) объектовый.

18. Вставьте недостающее слово или словосочетание

Заболевания, вызываемые болезнетворными вирусами, бактериями, простейшими грибами, способные к лёгкому распространению и вызывающие эпидемии, а иногда пандемии, называются

19. Установите соответствие между группой средств индивидуальной защиты и их разновидностью (ответ представьте цифрой с буквой, например - 2в):

1) Средства индивидуальной защиты органов дыхания	а) общевойсковой защитный комплект б) противогаз в) производственная одежда г) ватно-марлевая повязка
2) Средства индивидуальной защиты кожи	д) противопыльная тканевая маска е) повседневная одежда, при необходимости пропитанная специальными растворами ж) респиратор з) лёгкий защитный костюм Л-1 и) аптечка индивидуальная АИ-2 к) индивидуальный противохимический пакет (ИПП-8)

20. Установить последовательность действий при внезапном повышении артериального давления:

А. усадить больного;

Б. дать таблетки, если они были ранее назначены врачом;

В. вызвать врача;

Г. приложить тепло к ногам;

Д. наблюдать за состоянием больного до прибытия врача;

Эталон ответов

Номер вопроса	Вариант 1	Вариант 2
1	Б	Б
2	убежище	Б
3	3Г, 2А, 4Б, 5Д, 1В	1В, 2Г, 3А, 4Б, 5Д
4	Б, А, Г, Д, В	В, Г, А, Б
5	В	А
6	вывихом	жертвам
7	1Г, 2А, 3В, 4Д, 5Б	1Д, 2А, 3Г, 4В, 5Б
8	А, В, Б, Д, Г	Г, Б, В, А
9	В	А
10	ядерное	президент
11	1Д, 2В, 3Б, 4А, 5Г	1Б, 2А, 3В, 4В, 5В
12	Д, Б, В, А, Г	Б, В, А, Г
13	Г	А
14	27	эвакуация
15	1б, 2в, 3е, 4д, 5а, 6г	1в, 2б, 3г, 4д, 5е, 6ж
16	Б, А, Г, В	А, Е, Б, Д, Г, В
17	Б	А, Б, Г, Д, Е
18	терроризм	инфекционными
19	1а, 1б, 1г, 1д, 1ж 2в, 2е, 2з, 2и, 2к	1б, 1г, 1д, 1ж, 2а, 2в, 2е, 2з, 2и, 2к
20	Д, А, В, Г, Б, Е	А, Г, Б, Д, В

8. Рекомендуемая литература для разработки оценочных средств и подготовки обучающихся к дифференцированному зачету:

Основная учебная литература:

1. Ким С.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы. Учебник./ С.В. Ким, В.А. Горский. – Москва: Просвещение/Вентана-Граф, 2021.-396с.

Дополнительная учебная литература:

1. Беляков, Г.И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях: учебник для СПО/ Г. И. Беляков. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательство Юрайт, 2018. - 354 с. - Режим доступа: <https://urait.ru/book/osnovy-obespecheniya-zhiznedeyatelnosti-i-vyzhivanie-v-chrezvychaynyh-situatsiyah-414500>

2. Занько, Н.Г. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учеб./ Н.Г. Занько, К.Р. Малаян, О.Н. Русак. - Электрон.дан. - Санкт-Петербург: Лань, 2017. - 704 с. - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/92617>