

МИНИСТЕРСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
И СПОРТА РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН  
«УЧИЛИЩЕ ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА «ТРИУМФ»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ БД.04 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

основной профессиональной образовательной программы (ОПОП)  
по специальности **49.02. Физическая культура**

**Хасавюрт, 2021г**

ОДОБРЕНА  
предметной (цикловой) комиссией  
общеобразовательного цикла  
специальности 49.02.01 «Физическая  
культура»

Председатель ЦК  
Лачинова Г.А.  
Подпись Лачинова Г.А.  
ФИО

Протокол № 1  
25.08 2021г.

УТВЕРЖДАЮ  
зам. директора по учебной работе

Гаджиева З.Г.  
Подпись Гаджиева З.Г.  
ФИО

25.08 2021 г.



**Фонд оценочных средств по учебной дисциплине БД.04 Основы безопасности жизнедеятельности разработан на основе ФГОС СПО специальности 49.02.01 Физическая культура**

Предназначен для контроля умений и знаний обучающихся, входящих в УГС 49.00.00. «Физическая культура»

**Организация-разработчик:** ГБПОУ РД «Училище олимпийского резерва «Триумф» г. Хасавюрт

**Составитель:** Алибеков А.Т., преподаватель ОБЖ ГБПОУ РД «УОР «Триумф»»

## Содержание

1 Паспорт фонда оценочных средств .....	3
2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке .....	6
3. Фонд оценочных средств текущего контроля .....	7
4. Фонд оценочных средств к промежуточной аттестации .....	19
5. Примерные темы для рефератов, докладов, сообщений.....	
6. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания.....	20
7. Перечень материалов, оборудования и информационных источников, используемых для текущей и промежуточной аттестации.....	22

# 1 ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

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

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля.

Формой аттестации по дисциплине является дифференциальный зачет.

Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины:

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

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

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

- **личностных:**
  - развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
  - готовность к служению Отечеству, его защите;
  - формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
  - исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
  - воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
  - освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- **метапредметных:**
  - овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
  - овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей,

- оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
  - приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
  - развитие умения выразить свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
  - формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
  - формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
  - развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
  - формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
  - развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
  - освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
  - приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
  - формирование установки на здоровый образ жизни;
  - развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• **предметных:**

- **сформированность** представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также

асоциального поведения;

- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

**формирование умения** предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике

## 1.1 Результаты освоения дисциплины, подлежащие проверке

В результате контроля и оценки по дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих знаний и умений:

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<b>Знания</b>	
3.1 Сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора.	Устный и письменный опрос Тестирование
3.2 Получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз.	Устный и письменный опрос Тестирование
3.3 Сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;	Устный и письменный опрос Тестирование
3.4 Сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;	Устный и письменный опрос Тестирование
3.5 Освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;	Устный и письменный опрос Тестирование
3.6 Освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека.	Устный и письменный опрос Тестирование
3.7 Развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций.	Устный и письменный опрос Тестирование
<b>Умения</b>	

У1. Предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

У2. Развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях.

У3. Получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки.

У4. Освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе.

У5. Владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактику.

Устный и письменный опрос  
Тестирование  
Защита практических работ

## 2. Формы текущего контроля знаний и промежуточной аттестации по учебной дисциплины

<b>Разделы и темы учебной дисциплины</b>	<b>Формы текущего контроля</b>
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья	Устный фронтальный опрос, тестирование, практическая работа №1.
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	Устный фронтальный опрос, тестирование, практическая работа №1.
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.	Устный фронтальный опрос, тестирование, практическая работа №1.
Раздел 4. Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни.	Устный фронтальный опрос, тестирование, практическая работа №1.

### 3. Фонд оценочных средств. Типовые задания для оценки теоретического курса учебной дисциплины, практики.

#### 3.1. Типовые задания для оценки освоения раздела 1. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья

Проверяемые результаты обучения: 31; 34; У1; У2.

Практическая работа №1:

Ответьте на вопросы:

1. Перечислите основные составляющие здорового образа жизни.
2. Каково значение соблюдения правил личной гигиены в системе здорового образа жизни?
3. Важность занятия активной формой жизни для укрепления здоровья.
4. Личная гигиена и снижение факторов риска влияния экологической обстановки в местах проживания.
5. Что вы знаете о системе очищения организма и ее значение в личной гигиене?
6. Влияние вредных привычек на здоровье.
7. Социальные последствия пристрастия к наркотикам.
8. Последствия вредных привычек (табакокурение, алкоголь, токсикомания, наркотики) на репродуктивное здоровье человека.
9. Что должны знать молодые люди о взаимоотношениях полов?
10. С какого возраста разрешена регистрация брака в России?
11. Перечислите причины, по которым брак будет недействительным?
12. Порядок регистрации брака.
13. Алиментные отношения в семье.

Варианты тестирования

#### Вариант 1

1. Кому принадлежит данное определение понятия «здоровья» «здоровье-это состояние физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

- А) Профессору Н.М. Амосову
- Б) заложено в Уставе ВОЗ
- В) Профессору А.Т. Смирнову
- Г) заложено положением МЗ РФ

2. Сколько факторов определяют индивидуальное здоровье?

- А) 1.
- Б) 3.
- В) 4.
- Г) 5.

3. Биологический фактор (наследственность) занимает?

- А) около 10%.
- Б) около 20%..
- В) около 40%..
- Г) около 50%..

4. Окружающая среда (природная, техногенная, социальная)?

- А) около 10%.
- Б) около 20%..

- В) около 40%..
- Г) около 50%..

5. Служба здоровья

- А) около 10%.
- Б) около 20%..
- В) около 40%..
- Г) около 50%..

6. Индивидуальный образ жизни?

- А) около 10%.
- Б) около 20%..
- в) около 40%..
- Г) около 50%..

7. Один из основных законов жизни и одна из основ любого труда является?

- А) не ритмическая деятельность;      Б) возможная деятельность
- В) ритмическая деятельность;      Г) необходимая деятельность

8. К продуктам повышенной биологической ценности относятся

- А) фрукты      Б) соки
- В) овощи      Г) зелень

9. Каким соком славяне в древности очищали организм от весенней утомляемости?

- А) соком крапивы;      Б) соком одуванчика;
- В) березовым соком;      Г) томатным соком.

10. Какое количество спирта на килограмм веса тела является смертельной для человека?

- А) 3-5 грамм;      Б) 7-8 грамм;      В) 9-12 грамм;      Г) 15-20 грамм

**Вариант 2**

1. Кому принадлежит данное определение понятия «здоровья» «здоровье-это состояние физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических де- фектов».

- А) Профессору Н.М. Амосову
- Б) Профессору А.Т.Смирнов
- В) заложено в Уставе ВОЗ
- Г) заложено положением о МЗ РФ

2. Сколько факторов определяют индивидуальное здоровье?

- А) 3;
- Б) 4.
- В) 5;
- Г) 6.

3. Биологический фактор (наследственность) занимает?

- А) около 10%.
- Б) около 20%..

В) около 40%..

Г) около 50%..

4. Окружающая среда (природная, техногенная, социальная)?

А) около 50%.

Б) около 40%..

В) около 20%..

Г) около. 10%.

5 Служба здоровья

А) около 10%.

Б) около 20%..

В) около 40%..

Г) около 50%..

6 Индивидуальный образ жизни?

А) около 50%.

Б) около 40%..

В) около 20%..

Г) около. 10%.

7. Один из основных законов жизни и одна из основ любого труда является?

А) не ритмическая деятельность;      Б) возможная деятельность

В) ритмическая деятельность;      Г) необходимая деятельность

8. К продуктам повышенной биологической ценности относятся

а) фрукты;      Б) овощи

в) соки;      Г) зелень

9. Каким соком славяне в древности очищали организм от весенней утомляемости?

А) соком крапивы;      Б) соком одуванчика

В) соком томатным;      Г) соком березовым

10. Какое количество спирта на килограмм веса тела является смертельной для человека?

А) 3-5 грамм;

Б) 7-8 грамм;

В) 9-12 грамм;

Г) 15-20 грамм.

## ОТВЕТЫ НА КОНТРОЛЬНЫЕ ТЕСТЫ

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Вариант 1	Б	В	Б	Б	А	Г	В	Б	В	Б
Вариант 2	В	Б	Б	В	А	А	В	В	Г	Б

### **Критерии оценок:**

- оценка «5» - при правильном выполнении всех 10 заданий;
- оценка «4» - при выполнении от 7 до 8 заданий;
- оценка «3» - при выполнении от 5 до 6 заданий;
- оценка «2» - при выполнении менее 5 заданий;

Практическая работа №1. «Организация рационального питания и методы его гигиенической оценки».

Составление дневного рациона питания с подсчетом калорийности и питательной ценности.

### **Критерии оценок практической работы:**

- оценка «5» - при правильном выполнении всего задания и аккуратное оформление, своевременную защиту;
- оценка «4» - при выполнении всего задания с незначительными поправками;
- оценка «3» - при выполнении задания с исправленными ошибками и неаккуратное оформление.
- оценка «2» - при выполнении задания с ошибками, несвоевременном выполнении задания, неаккуратное оформление,

3.2. Типовые задания для оценки освоения раздела 2. «Государственная система обеспечения безопасности населения».

Проверяемые результаты обучения: 32; 33; 35; У1; У2.

Самостоятельная работа обучающихся №2:

Ответьте на вопросы:

1. Перечислите признаки классификации чрезвычайных ситуаций (ЧС).
2. Перечислите признаки техногенных ЧС.
3. Перечислите признаки природных ЧС.
4. Какие ЧС техногенного характера могут возникнуть на территории находкинского городского округа?
5. Какие ЧС природного характера могут возникнуть на территории находкинского городского округа?
6. Покажите пути эвакуации при ЧС из колледжа.
7. Какие задачи решаются с помощью взаимодействия стран по вопросам ликвидации последствий ЧС?
8. Как называется федеральный орган исполнительной власти РФ, занимающийся предупреждением и ликвидацией ЧС? Когда он был создан?
9. Какие задачи решает РСЧС?
10. Какие силы и средства входят в состав РСЧС?
11. Какие задачи по защите населения в мирное время и военное время возлагались на Гражданскую оборону (ГО)?
12. Какие службы входили в систему ГО и для чего они создавались?
13. Перечислите виды ядерных взрывов.
14. Что представляет собой очаг ядерного поражения?
15. Дайте характеристику основных поражающих факторов ядерного взрыва?
16. Дайте характеристику химического оружия.
17. Что представляет собой очаг химического заражения?
18. Дайте классификацию отравляющих веществ по действию на организм человека.
19. Какие современные средства поражения классифицируются ООН как негуманные средства ведения войны?
20. Объясните сущность и необходимость речевой информации о ЧС.

21. В каких случаях применяются локальные системы оповещения населения?
22. Дайте характеристику встроенным и отдельно стоящим убежищ.
23. Дайте характеристику противорадиационным укрытиям.
24. Какие требования предъявляются к противорадиационным укрытиям?
25. Какие требования предъявляются к поведению людей в убежищах?

## Варианты тестирования

### Вариант 1

#### Экстремальные ситуации

1. Основной принцип действия при экстремальной ситуации
  - А) ждать помощь;
  - Б) расчет только на собственные силы;
  - В) подготовить опознавательные знаки для помощи со стороны;
  - Г) расчет на товарищей по несчастью.
  
2. Какова природа происхождения военного конфликта
  - А) техногенная;                      Б) природная
  - В) личностная;                      Г) социальная.
3. Закончите фразу: «Ситуация при которой условия являются наиболее благоприятными для реализации жизнедеятельности отдельного человека и человеческого сообщества, являются...»
  - А) обычными;
  - Б) оптимальные (комфортные)
  - В) экстремальные;                      Г) чрезвычайными.
  
4. Назовите причину возникновения цунами антропогенного происхождения?
  - А) землетрясение;
  - Б) извержение вулкана;
  - В) моретрясение;
  - Г) подводный ядерный взрыв.
5. Закончите фразу: «Белые пыльные бури переносят»
  - А) черноземы;                      Б) соли
  - В) суглинки;                      Г) пески.
  
6. Найдите ЧС антропогенного характера
  - А) пожар возник за счет попадания молнии в стог сена;
  - Б) пожар, возникший от извержения вулкана;
  - В) пожар возник за счет искр разведенного костра.
  - Г) пожар возник от падения небесного тела.
  
7. Чем отличается проступок от преступления
  - А) по количеству участников;                      Б) общественной опасности
  - В) по наличию вины;                      Г) ничем.
  - С)
  
8. С какого возраста наступает общая уголовная ответственность
  - А) 14 лет;
  - Б) 15 лет;
  - В) 16 лет;
  - Г) 18 лет;

9. Какое уголовное наказание является высшей мерой уголовного преследования
- А) лишение свободы
  - Б) пожизненное заключение
  - В) арест
  - Г) исправительные работы.
10. Назовите номер телефона службы спасения
- А) 04; Б) 01; В) 03; Г) 02.

### **Вариант 2 Экстремальные ситуации**

1. Основной принцип действия при экстремальной ситуации
  - А) ждать помощь;
  - Б) расчет только на собственные силы;
  - В) подготовить опознавательные знаки для помощи со стороны;
  - Г) расчет на товарищей по несчастью.
2. Какова природа происхождения военного конфликта
  - А) Техногенная;                      Б) социальная;
  - В) Личностная;                      Г). природная.
3. Закончите фразу: «Ситуация при которой условия являются наиболее благоприятными для реализации жизнедеятельности отдельного человека и человеческого сообщества, являются...»
  - А) оптимальные (комфортные);
  - Б) обычными;
  - В) экстремальные;
  - Г) чрезвычайными;
4. Назовите причину возникновения цунами антропогенного происхождения?
  - А) землетрясение;
  - Б) извержение вулкана
  - В) подводный ядерный взрыв;
  - С) Г) засуха.
5. Закончите фразу: «Белые пыльные бури переносят...»
  - А) черноземы;              Б) пески
  - В) суглинки;              Г) соли.
6. Найдите ЧС антропогенного характера
  - А) пожар возник за счет попадания молнии в стог сена.
  - Б) пожар, возникший от извержения вулкана
  - В) пожар возник за счет искр разведенного костра.
  - Г) пожар возник от падения небесного тела.
7. Чем отличается проступок от преступления
  - А) по количеству участников
  - Б) совершен в нетрезвом виде
  - В) по наличию вины
  - Г) общественной опасности.

8. С какого возраста наступает общая уголовная ответственность?
- А) 14 лет
  - Б) 15 лет
  - В) 16 лет
  - Г) 18 лет.
9. Какое уголовное наказание является высшей мерой уголовного преследования?
- А) лишение свободы
  - Б) исправительные работы
  - В) арест
  - Г) пожизненное заключение.
10. Назовите номер телефона службы спасения

### Вариант 3 РСЧС - ГО

1. Как правильно расшифровать РСЧС
- А) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС;
  - Б) Российская система ликвидации чрезвычайных ситуаций;
  - В) Российская система предупреждения и действия при ЧС;
  - Г) Единая государственная система ликвидации ЧС при МЧС России.
2. К какому уровню относится наш колледж в системе РСЧС?
- А) региональному;
  - Б) территориальному;
  - В) местному;
  - С) Г) объектовому.
1. Кто в нашем колледже является непосредственным координатором по вопросам ГО и ЧС?
- А) директор;
  - Б) зам директора по безопасности;
  - В) преподаватель ОБЖ;
  - С) Г) завхоз колледжа.
2. При возникновении чрезвычайного происшествия в колледже срочно собирается:
- А) штаб гражданской обороны
  - Б) комиссия по чрезвычайным ситуациям
  - В) координирующие органы;
  - Г) дежурные по этажам.
3. Что означает сигнал сирены в городе?
- А) Внимание, воздушная тревога!
  - Б) Внимание всем!
  - В) Внимание, химическая тревога!
  - Г) Предупреждает о ЧС.
4. Что понимается под силами РСЧС?
- А) техника;
  - Б) люди;
  - В) спец. приборы;
  - Г) подручные орудия.

## Вариант 4 . РСЧС - ГО

1. Как правильно расшифровать РСЧС
  - А) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС;
  - Б) Российская система ликвидации чрезвычайных ситуаций;
  - В) Российская система предупреждения и действия при ЧС;
  - Г) Единая государственная система ликвидации ЧС при МЧС России.
  
2. К какому уровню относится наш колледж в системе РСЧС?
  - А) региональному;
  - Б) территориальному;
  - В) объектовому;
  - Г) местному.
  
3. Кто в нашем колледже является непосредственным координатором по вопросам ГО и ЧС?
  - А) Директор;
  - Б) секретарь директора;
  - В) зам директора по безопасности;
  - Г) завхоз колледжа.
  
4. При возникновении чрезвычайного происшествия в колледже срочно собирается:
  - А) штаб гражданской обороны;
  - Б) педагогический совет;
  - А) комиссия по чрезвычайным ситуациям;
  - В) Г) дежурные по этажам.
  
5. Сколько режимов функционирования имеет РСЧС?
  - А) 1
  - Б) 2;
  - В) 3;
  - Г) 4.
  
6. Сколько уровней имеет РСЧС
  - А) 2;
  - Б) 3;
  - В) 4;
  - Г) 5.
  
7. При каком режиме функционирования РСЧС осуществляется определение границ чрезвычайных ситуаций?
  - А) режим повседневной деятельности;
  - Б) режим повышенной готовности;
  - В) режим учебного заведения;
  - Г) режим чрезвычайной ситуации.
  
8. Гражданская оборона создается и функционирует:
  - А) создается в мирное время, а функционирует постоянно;
  - Б) создается в мирное время, а функционирует в военное
  - В) в чрезвычайных ситуациях;
  - Г) в экстремальных ситуациях.

9. Что означает сигнал сирены в городе?

- А) Внимание, воздушная тревога!
- Б) Предупреждает о ЧС.
- В) Внимание, химическая тревога!
- Г) Внимание всем!

10. Что понимается под силами РСЧС?

- А) люди;
- Б) техника;
- В) спец. приборы;
- Г) подручные орудия.

### **Вариант №5 Оружие массового поражения.**

1. Сколько групп существует орудия массового поражения?

- А) 1;
- Б) 2;
- В) 3;
- Г) 4.

2. Поражающим фактором ядерного взрыва не является

- А) ударная волна
- Б) световое излучение
- В) самовозгорание
- Г) радиоактивное заражение.

3. К какому виду ОМП главным поражающим фактором является высокая температура, способность вызвать ожоги, отравление продуктами сгорания, пожароопасность?

- А) ядерное оружие
- Б) химическое оружие
- В) бактериологическое оружие
- Г) обычное оружие.

4. Укажите значение дозы однократного облучения в рентгенах, которые считаются безопасными

- А) 20 р/ч;
- Б) 50 р/ч;
- В) 70 р/ч;
- Г) 100 р/ч.

5. Назовите поражающие факторы ядерного оружия, которые вызывают значительные разрушения материальных объектов и механически уничтожают живую силу противника.

- А) ударная волна;
- Б) радиоактивное заражение;
- В) световое излучение;
- Г) электромагнитный импульс.

6. Укажите организмы, которые не используются в качестве бактериального оружия

- А) Бактерии;
- Б) вирусы;
- В) грибок-мухомор;
- Г) реккеции.

7. Укажите вещества, которые могут применяться в качестве химического оружия

- А) аммиак;
- Б) синильная кислота;
- В) уксусная кислота;
- Г) хлорид бария.

8. К какому виду отравляющих веществ относится зарин?

- А) ОВ нервно-паралитического действия;
- Б) ОВ кожно-раздражающего действия;
- В) ОВ удушающего действия;
- Г) ОВ общерастворимого действия.

9. При обнаружении применения отравляющих веществ (по запаху) необходимо в первую очередь:

- А) срочно покинуть зараженную местность;
- Б) принять меры к герметическому закрытию пищи и воды;
- В) влажным платком защитить органы дыхания;
- Г) ждать команды от ответственного за эвакуацию с зараженной местности.

10. Какой вид зажигательной смеси при попадании кислорода самовозгорается:

- А) напалмы;
- Б) металлизированные зажигательные смеси;
- В) термиты;
- Г) белый фосфор.

#### **Критерии оценок:**

оценка «5» - при правильном выполнении всех 10 заданий;

оценка «4» - при выполнении от 7 до 8 заданий;

оценка «3» - при выполнении от 5 до 6 заданий;

оценка «2» - при выполнении менее 5 заданий;

Практическая работа №2. «Поведение в условиях вынужденной природной автономии»,

#### **Критерии оценок практической работы:**

оценка «5» - при правильном выполнении всего задания и аккуратное оформление, своевременную защиту;

оценка «4» - при выполнении всего задания с незначительными поправками;

оценка «3» - при выполнении задания с исправленными ошибками и неаккуратное оформление.

оценка «2» - при выполнении задания с ошибками, несвоевременном выполнении задания, неаккуратное оформление.

3.3. Типовые задания для оценки освоения раздела 3. «Основы обороны государства и воинская обязанность».

Проверяемые результаты обучения: З2; У3; У4.

Практическая работа №3:

Ответьте на вопросы:

1. Что является важнейшей функцией любого государства? Объясните понятие: оборона государства.
2. Кто в нашей стране является Верховным Главнокомандующим Вооруженными Силами?
3. Кто непосредственно осуществляет руководство Вооруженными Силами РФ.
4. Перечислите современные средства вооруженной защиты и борьбы.
5. Расскажите о боевых традициях Вооруженных Сил РФ.
6. Какие символы воинской чести вы знаете? Назовите их.
7. Назовите города-герои Великой Отечественной войны.
8. Назовите города воинской славы.
9. Что значит Боевое Знамя для воинской части?
10. От чьего имени вручается Боевое Знамя части?
11. Как проходит ритуал вручения Боевого Знамени воинской части?
12. Как проходит ритуал вручения боевого оружия воинской части?
13. Когда солдата приводят к Присяге. Как проходит ритуал принятия Присяги.
14. Для чего предназначены и когда применяются Вооруженные Силы.
15. Назовите виды ВС. Характеризуйте каждый из них.
16. Какие виды и рода войск узнаете? Расскажите о их боевых возможностях и вооружении.
17. Изложите обязанности солдата (матроса) Вооруженных Сил РФ.
18. Для чего проводится профессионально-психологический отбор допризывников?
19. Назовите классы воинских должностей, замещаемые сержантами, старшинами, солдатами и матросами.
20. Дайте характеристику профессиональных качеств по каждому классу.
21. Перечислите воинские должности, входящие в 1 класс.
22. Перечислите воинские должности, входящие во 2 класс.
23. Перечислите воинские должности, входящие в 3 класс.
24. Перечислите воинские должности, входящие в 4 класс.
25. Перечислите воинские должности, входящие в 5 класс.
26. Перечислите воинские должности, входящие в 6 класс.
27. С какой целью организуется медицинское освидетельствование допризывников?
28. Расскажите о порядке постановки граждан на воинский учет.
29. При достижении, какого возраста граждане подлежат постановки на воинский учет?

Варианты тестирования.

### Вариант 1.

1. Какой вид вооруженных формирований не входит в состав ВС РФ?  
А) сухопутные войска;  
Б) ВДВ;

- В) пограничные войска;
- Г) Дальнобойная авиация.

2. В каком нормативно-правовом акте определены задачи ВС России?

- А) ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»;
- Б) Концепцией национальной безопасности РФ;
- В) ФЗ « Об обороне»;
- Г) ФЗ «О статусе военнослужащих».

3. Вооруженные силы России структурно объединены в виды. Их количество?

- А) 3;
- Б) 4;
- В) 5;
- Г) 6.
- С)

4. Рядовой ВС РФ подчинен прямым начальникам

- А) от ком. отделения до ком. Части;
- Б) от ком. полка до ком.дивизии;
- В) от командира отделения до командующего округом;
- Г) откомандира отделения до Верховного Главнокомандующего.

5. Когда образованы Вооруженные силы Российской Федерации

- А) 10 августа 1991 г.;
- Б) 7 мая 1992 г.;
- В) 4 октября 1993 г.;
- Г) 13 июня 1994 г.

6. В каком году образованы Вооруженные силы СССР?

- А) 1936 г.
- Б) 1946 г.
- В) 1953 г.
- Г) 1960 г.

7. В каком году были введены погоны для военнослужащих в советское время.

- А) 1936 г.
- Б) 1943г.
- В) 1946г.
- Г) 1922 г.

8. Сколько военных округов функционирует в Российской Федерации

- А) 3;
- Б) 4;
- В) 5;
- Г) 6.

9. Мотострелковые войска относятся:

- А) Сухопутному виду ВС РФ;
- Б) Военно-морскому флоту;
- В) Военно-воздушным силам;
- С) Г) Космическим войскам.

10. Другие законные вооруженные формирования создаются на основе:
- А) Указа Президента РФ;
  - Б) Постановления правительства;
  - В) Решения Федерального собрания;
  - Г) Федерального закона РФ.

### Вариант 2

1. Какой вид вооруженных формирований не входит в состав Вооруженных сил РФ
- А) Сухопутные войска;
  - Б) Пограничные войска
  - В) ВДВ;
  - Г) Дальнебойная авиация.
2. В каком нормативно-правовом акте определены задачи ВС России?
- А) ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»;
  - Б) Концепцией национальной безопасности РФ;
  - В) ФЗ «О статусе военнослужащих»;
  - Г) ФЗ « Об обороне».
3. Вооруженные силы России структурно объединены в виды. Их количество?
- А) 1;
  - Б) 2;
  - В) 3;
  - Г) 4.
4. Рядовой ВС РФ подчинен прямым начальникам
- А) от ком. отделения до ком. части;
  - Б) от ком. полка до ком. дивизии;
  - В) от командира отделения до командующего округом
  - Г) от командира отделения до Верховного Главнокомандующего.
5. Когда образованы Вооруженные силы Российской Федерации
- А) 10 августа 1991 г.;
  - Б) 4 октября 1993 г.;
  - В) 7 мая 1992 г.;
  - Г) 13 июня 1994 г.
6. В каком году образованы Вооруженные силы СССР
- А) 1946 г.
  - Б) 1950 г.
  - В) 1953 г.
  - Г) 1960 г.
7. В каком году были введены погоны для военнослужащих в советское время.
- А) 1922 г.;
  - Б) 1936 г.;
  - В) 1943 г.;
  - Г) 1946 г.
8. Сколько военных округов функционирует в Российской Федерации
- А) 4;
  - Б) 5;

- В) 6;
  - Г) 7
9. Мотострелковые войска относятся к
- А) Сухопутному виду ВС РФ;
  - Б) Военно - морскому флоту
  - В) Военно - воздушным силам;
  - Г) Космическим войскам.

10. Другие законные вооруженные формирования создаются на основе:
- А) Федерального закона РФ;
  - Б) Постановления правительства;
  - В) Решения Федеральноего собрания;
  - Г) Указа Президента РФ.

### **Вариант №3 Военская обязанность**

1. «Защита Отечества, является долгом и обязанностью граждан РФ» Конституция России статья №?
- А) 19;
  - Б) 29;
  - В) 59;
  - Г) 89.
2. Где осуществляется постановка граждан на воинский учет в сельской местности?
- А) в военкомате;
  - Б) в районной администрации;
  - В) по месту работы;
  - Г) в домоуправлении.
3. Укажите возраст обязательной постановки граждан РФ на воинский учет?
- А) в год исполнения 17 лет;
  - Б) после исполнения 17 лет;
  - В) в год исполнения 18 лет;
  - Г) после исполнения 18 лет.
4. Какая из ниже перечисленных категорий граждан РФ подлежат призыву на военную службу?
- А) временно негоден к военной службе;
  - Б) прошел альтернативную гражданскую службу;
  - В) прошел службу в другом государстве;
  - Г) ограниченно годен к военной службе.
5. Наиболее активная форма реализации воинской обязанности?
- А) Воинский учет;
  - Б) призыв;
  - В) прохождение воинской службы;
  - Г) запас.

6. Согласно ст. 38 ФЗ "О воинской обязанности и военной службе" один день пребывания в госпитале вследствие ранения, увечья, контузии или заболевания, полученных во время участия в военных конфликтах засчитывается
- А) за один день военной службы;
  - Б) за два дня военной службы;
  - В) за три дня военной службы;
  - Г) за четыре дня военной службы.
7. Укажите, какой вид не относится к военным образовательным учреждениям?
- А) институт;
  - б) техникум;
  - В) университет;
  - г) кадетский корпус.
8. Можно ли по окончании первого курса техникума поступить в высшее военное учебное заведение?
- А) да;
  - Б) нет
9. На какой территории стран СНГ не находятся миротворческие силы ВС РФ?
- А) Таджикистан;
  - Б) Абхазия;
  - В) Южная Осетия;
  - Г) Республика Чечня.
10. Капитан - лейтенант ВМФ России имеет на погонах?
- А) одна большая звезды;
  - Б) две маленькие звезды;
  - В) три маленькие звезды;
  - Г) четыре маленькие звезды

### ОТВЕТЫ НА КОНТРОЛЬНЫЕ ТЕСТЫ

Вариант 7	Г	В	Г	Б	А	В	Б	А	В	Г
Вариант 8	В	Б	Г	В	В	Б	Б	А	В	Б
Вариант 9	В	В	А	Г	Б	Б	Б	Г	А	Г

#### Критерии оценок:

- оценка «5» - при правильном выполнении всех 10 заданий;
- оценка «4» - при выполнении от 7 до 8 заданий;
- оценка «3» - при выполнении от 5 до 6 заданий;

оценка «2» - при выполнении менее 5 заданий;

Практическая работа №3. «Освоение методик строевой подготовки»

**Критерии оценок практической работы:**

оценка «5» - при правильном выполнении всех заданий оценка «4» - при выполнении всех задания с незначительными поправками;

оценка «3» - при выполнении задания с исправленными ошибками. оценка «2» - при нежелании выполнять элементы строевой подготовки.

**3.4. Типовые задания для оценки освоения раздела 4. «Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни».**

Проверяемые результаты обучения: З6; У5.

Практическая работа №4:

Ответьте на вопросы:

1. Какую опасность представляют раны? Как они классифицируются?
2. Расскажите об основных этапах оказания первой медицинской помощи (ПМП).
3. Как правильно определить у пострадавшего растяжение связок, ушибы, вывихи? Каковы их характерные признаки?
4. Чем опасны ушибы грудной клетки и повреждение органов брюшной полости?
5. Какие переломы вы знаете? Что может произойти при неправильно оказанной ПМП?
6. Объясните порядок оказания ПМП при переломах. Расскажите о видах способах иммобилизации.
7. Как можно предотвратить развитие травматического шока?
8. Охарактеризуйте понятие острой сердечной недостаточности, инсульта.
9. Назовите причины возникновения сердечной недостаточности, инсульта.
10. Что включает ПМП при острой сердечной недостаточности и инсульте?
11. Причиной чего может явиться остановка сердца и прекращение дыхания?
12. Что такое терминальное состояние? Их определения, основные виды, симптомы.
13. Расскажите об этапах ЭРП.
14. Охарактеризуйте понятия: тепловой, солнечный, удары. В чем разница между ними? Что в них общего?
15. Особенности оказания ПМП при тепловом, солнечном ударе.
16. Какова последовательность оказания ПМП при поражении электрическим током и молнией?
17. Какое воздействие на организм человека оказывают алкоголь, никотин?
18. Чем характеризуются опасные воздействия на организм человека средства бытовой химии?
19. Дайте определение инфекционных болезней и их классификацию.
20. Объясните существующие механизмы передачи инфекции.
21. Какие медицинские мероприятия относятся к профилактике инфекционных заболеваний?
22. Для чего проводятся прививки?
23. Укажите группы, виды общегосударственных мероприятий по профилактике инфекционных заболеваний.

24. Какие медицинские мероприятия относятся к профилактике инфекционных болезней?
25. Что такое иммунитет, каковы его виды, особенности?
26. Классификация заболеваний, передаваемых половым путем.
27. Чем опасен СПИД, сифилис, гонорея?
28. В чем заключается профилактика этих болезней?
29. Укажите на симптомы заболевания сифилисом.
30. Укажите на симптомы заболевания гонореей.

#### Варианты тестирования

##### **Вариант №1 Первая медицинская помощь**

1. На какой срок может быть наложен жгут в холодное время года?
  - А) Не более получаса;
  - Б) Не более одного часа
  - В) Не более 15 минут;
  - Г) Время не ограничено.
  
2. Что следует сделать для оказания первой медицинской помощи пострадавшему при переломе ключицы?
  - А) Подвесить руку на косынке и прибинтовать ее к туловищу пострадавшего.
  - Б) Подвесить руку, согнутую под прямым углом, на косынке и прибинтовать к туловищу;
  - В) Подвесить руку на косынке;
  - Г) Наложить две шины на плечо.
  
3. Как правильно снимать одежду с пострадавшего получившего повреждение руки или ноги?
  - А) Последовательность не имеет значения;
  - Б) Одежду следует сначала снимать с поврежденной конечности;
  - В) Одежду следует сначала снимать с неповрежденной конечности;
  - Г) Одежду следует предварительно разрезать.
  
4. Что следует сделать в первую очередь при оказании помощи при обмороке?
  - А) Уложить и приподнять голову;
  - Б) Усадить и окинуть голову;
  - В) Усадить пострадавшего;
  - Г) Уложить и приподнять ноги.
  
5. При искусственной вентиляции легких «изо рта в рот» необходимо:
  - А) Выдвинуть подбородок пострадавшего вперед при запрокинутой назад голове;
  - Б) Выдвинуть подбородок пострадавшего вперед в положении лежа на спине;
  - В) Наклонить вперед голову;
  - Г) Положить пострадавшего на бок.
  
6. В чем заключается первая помощь пострадавшему при шоке?
  - А) уложить пострадавшего, дать имеющиеся болеутоляющие средства, контролировать дыхание и пульс;
  - Б) уложить пострадавшего, укрыть, дать имеющиеся болеутоляющие средства, контролировать дыхание и пульс;
  - В) придать пострадавшему положение лежа или полусидя, на лоб изатылок положить холодные примочки;

Г) обрызгать лицо холодной водой энергично растереть кожу лица, дать понюхать нашатырный спирт.

7. Как влияет алкоголь на реакцию человека?

- А) время реакции уменьшается;
- Б) алкоголь на время реакции не влияет.
- В) время реакции увеличивается.
- Г) время реакции прежнее.

8. Как остановить кровотечение при ранении вены?

- А) наложить жгут ниже места ранения;
- Б) наложить жгут выше места ранения;
- В) наложить повязку на место ранения;
- Г) наложить давящую повязку на место ранения.

9. Как остановить кровотечение при ранении артерии?

- А) наложить жгут выше места ранения;
- Б) наложить жгут ниже места ранения;
- В) наложить повязку на место ранения;
- Г) наложить давящую повязку на место ранения.

10. В каком положении следует транспортировать пострадавшего с переломами ребер и грудины?

- А) лежа на спине;
- Б) сидя или в полулежащем состоянии;
- В) Лежа на боку;
- Г) Лежа на животе.

### **Вариант №2 Первая медицинская помощь.**

1. На какой срок может быть наложен жгут в холодное время года?

- А) Не более получаса;
- Б) Не более одного часа;
- В) Не более 15 минут;
- Г) Время не ограничено.

2. Что следует сделать для оказания первой медицинской помощи пострадавшему при переломе ключицы?

- А) подвесить руку, согнутую под прямым углом, на косынке и прибинтовать к туловищу;
- Б) подвесить руку на косынке и прибинтовать ее к туловищу пострадавшего;
- В) подвесить руку на косынке;
- Г) наложить две шины на плечо.

3. Как правильно снимать одежду с пострадавшего получившего повреждения руки или ноги?

- А) одежду следует сначала снимать с неповрежденной конечности; Б) одежду следует сначала снимать с поврежденной конечности;
- В) последовательность не имеет значения;
- Г) одежду следует предварительно разрезать.

4. Что следует сделать в первую очередь при оказании помощи при обмороке?

- А) уложить и приподнять голову;
- Б) уложить и приподнять ноги;
- В) усадить пострадавшего; Г) усадить и окинуть голову.

5. При искусственной вентиляции легких «изо рта в рот» необходимо:

- А) выдвинуть подбородок пострадавшего вперед в положении лежа на спине;
- Б) выдвинуть подбородок пострадавшего вперед при запрокинутой на затылок голове;
- В) наклонить вперед голову;
- Г) положить пострадавшего на бок.

6. В чем заключается первая помощь пострадавшему при шоке?

- А) Уложить пострадавшего, дать имеющиеся болеутоляющие средства, контролировать дыхание и пульс.
- Б) Уложить пострадавшего, укрыть, дать имеющиеся болеутоляющие средства, контролировать дыхание и пульс.
- В) Придать пострадавшему положение лежа или полусидя, на лоб из затылок положить холодные примочки.
- Г) Обрызгать лицо холодной водой энергично растереть кожу лица, дать понюхать нашатырный спирт.

7. Как влияет алкоголь на реакцию человека?

- А) время реакции прежнее.
- Б) алкоголь на время реакции не влияет.
- В) время реакции увеличивается. Г) время реакции уменьшается.

8. Как остановить кровотечение при ранении вены?

- А) Наложить жгут ниже места ранения. Б) Наложить жгут выше места ранения
- В) Наложить повязку на место ранения.
- Г) Наложить давящую повязку на место ранения.

9. Как остановить кровотечение при ранении артерии?

- А) Наложить жгут выше места ранения Б) Наложить жгут ниже места ранения
- В) Наложить давящую повязку на место ранения. Г) Наложить повязку на место ранения.

10. В каком положении следует транспортировать пострадавшего с переломами ребер и грудины

- А) Лежа на спине;
- Б) Лежа на боку
- В) Сидя или в полулежащем состоянии;
- Г) Лежа на животе

Вариант 1    А    Б    В    Г    А    Б    В    Г    А    Б

Вариант 2    А    А    А    Б    Б    Б    В    Г    А    В

**Критерии оценок:**

оценка «5» - при правильном выполнении всех 10 заданий;

оценка «4» - при выполнении от 7 до 8 заданий;

оценка «3» - при выполнении от 5 до 6 заданий;

оценка «2» - при выполнении менее 5 заданий;

Практическая работа №4. «Освоение приемов оказания первой медицинской помощи при кровотечениях» Освоение приемов оказания искусственного дыхания»

**Критерии оценок практической работы:**

оценка «5» - при правильном выполнении всех заданий оценка «4» - при выполнении всех задания с незначительными поправками;

оценка «3» - при выполнении задания с исправленными ошибками. оценка «2» - при нежелании выполнять приемы медицинской помощи

**ВАРИАНТ 5**

**4 Фонд оценочных средств промежуточной аттестации**

Зачет предназначен для контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» по специальности СПО: 49.02.01 – «Физическая культура»

При выставлении оценки на зачете учитывается уровень овладения умениями, знаниями на данном этапе обучения.

Перечень вопросов к зачету:

1. Какие задачи решает ГО?
2. Какие силы и средства входят в состав РСЧС?
3. Какими силами располагает ГО?
4. Дать характеристику основных поражающих факторов ядерного взрыва?
5. Дайте классификацию отравляющих веществ по действию на организм человека.
6. В каких случаях применяются локальные системы оповещения населения о ЧС?
7. Какие требования предъявляются к противорадиационным укрытиям?
8. В чем заключаются особенности эвакуационных мероприятий в ЧС?
9. Как можно предотвратить развитие травматического шока?
10. Что такое терминальное состояние?
11. Объясните существующий механизм передачи инфекции
12. Для чего проводятся прививки?
13. Классифицируйте заболевания передающиеся половым путем.
14. Какие правила электробезопасности должны соблюдать при эксплуатации электроустановок?
15. Сколько времени должна длиться речевая информация штаба ГО и ЧС с учетом неоднократного его повторения?
16. Дайте определение, что такое токсины.
17. Что такое гипоксия?
18. Дайте характеристику артериального кровотечения.

19. Как правильно выбрать место наложения жгута на рану предплечья?
20. На какой срок жгут накладывается в летний период?
21. Какие действия необходимо провести при обморожении кожи?
22. Что нельзя делать при химических поражениях кожи?
23. Каков порядок действий при оказании помощи после ожога кожи кислотой?
24. Как проводится искусственное дыхание при отравлении продуктами горения?
25. Первые признаки перелома конечностей?
26. Опишите последовательность действий при иммобилизации открытого перелома?
27. Какие средства вам известны для дезинфекции ран?
28. Опишите первые признаки острой сердечной недостаточности.
29. При аварии на химически опасном производстве вы оказались в зоне заражения. В каком направлении следует покинуть ее?
30. Назовите 5 наиболее важных природных явлений, которые вызывают ЧС в литосфере.
31. Назовите 3 вида стихийного бедствия в гидросфере?
32. Дополните фразу: «заболевание сердца, вызванное недостаточностью его кровоснабжения, называется .... миокарда».
33. Назовите наиболее важные вспомогательные помещения крупных убежищ.
34. От чего защищают респираторы Р-2?
35. Назовите наиболее распространенные индивидуальные специальные средства защиты кожного покрова человека.
36. Для тушения пожаров на электроустановках, находящихся под напряжением используют огнетушители типа ОП-10 или ОУ-10?
37. Назовите 4 известных индивидуальных средства защиты органов дыхания.
38. Назовите виды ожогов по характеру вызывающих их поражающего фактора.
39. Дополните фразу: «острое нарушение кровообращения в головном мозге, вызывающее гибель мозговой ткани, называется. » ?
40. Если из раны течет кровь непрерывной струей, то это артериальное или венозное кровотечение?
41. Назовите основные периоды течения инфекционного заболевания.
42. Расшифруйте, что означает СПИД?
43. Что такое гипоксия?
44. Дайте характеристику артериального кровотечения.
45. Дайте характеристику венозного кровотечения?
46. Как правильно выбрать место наложения жгута на рану предплечья?
47. На какой срок жгут накладывается в летнее и зимнее время?
48. Опишите первые признаки сердечной недостаточности.
49. Какие действия необходимо провести при обморожении кожи?
50. Что нельзя делать при химических поражениях кожи?
51. Порядок действия при оказании ПМП после ожога кислотой.
52. Как проводится искусственное дыхание при отравлении продуктами горения?
53. Первые признаки перелома конечностей.
54. Опишите последовательность действий при иммобилизации открытого перелома?

## **Фонд оценочных средств промежуточной аттестации в виде тестирования:**

### **Вариант 1.**

**1. Как следует себя вести, если есть с собой крупная сумма денег?**

- а. деньги окружающим надо показывать только при необходимости; б. не считать деньги на виду у всех;
- в. избегать мест большого скопления народа;
- г. держаться подальше от рынков и любой толпы;
- д. лучше держать деньги в наружных карманах, откуда их легче достать при совершении покупки.

**2. Как необходимо вести себя, если возникла необходимость выйти из дома в тёмное время суток?**

- а. двигаться по кратчайшему маршруту, чтобы быстрее преодолеть плохо освещённые и малолюдные места;
- б. стараться избегать малолюдных и плохо освещённых мест; в. на улицах держаться подальше от стен домов и подворотен; г. держаться поближе к стенам домов.

**3. Как следует отнестись к предложению незнакомого водителя подвести на машине?**

- а. согласиться и сесть в машину; б. посоветоваться с друзьями;
- в. согласиться, если водитель внушает доверие; г. не принимать предложение.

**4. Как следует вести себя, если показалось, что кто-то преследует?**

- а. остановиться и выяснить, что надо преследователю; б. следует менять темп ходьбы;
- в. перейти несколько раз на противоположную сторону улицы;
- г. бежать к освещённому месту или к людям, которые могут помочь.

**5. Где лучше занять место, зайдя в кафе или ресторан?**

- а. подальше от выхода, спиной к стене; б. поближе к выходу, спиной к стене;
- в. рядом со стойкой;
- г. подальше от стойки;
- д. в слабо освещённом углу, чтобы не заметили.

**6. Как поступить, если необходимо поменять валюту?**

- а. менять валюту в любом месте по наиболее выгодному курсу;
- б. менять валюту только в специально предназначенных для этого местах; в. действовать по обстоятельствам;
- г. посоветоваться с прохожими;

**7. Как следует поступить, если предлагают принять участие в азартных играх?**

- а. согласиться, чтобы увеличить свой капитал; б. посоветоваться с друзьями;
- в. подумать и, если предлагающие вызывают доверие, рискнуть; г. не следует принимать приглашение.

**8. Как необходимо действовать, если подошёл к остановке пустой автобус (троллейбус, трамвай)?**

- а. не следует садиться;
- б. следует сесть на заднее сидение;
- в. следует сесть, где понравится;
- г. следует сесть поближе к водителю.

**9. Где следует находиться в автобусе, если в нем нет свободных сидячих мест?**

- а. рядом с подножкой;
- б. в проходе у выхода;
- в. в центральном проходе;
- г. там, где есть место;

**10. Как необходимо обходить стоящий трамвай?**

- а. как удобно пешеходу;
- б. сзади, как и автобус;
- в. спереди;
- г. как большинство других пешеходов;
- д. сзади и спереди.

**11. Как следует поступить, если посторонние люди предлагают выпить алкогольные напитки, пиво, лимонад?**

- а. поблагодарить и выпить,
- б. поблагодарить и отказаться;
- в. посоветоваться с родственниками;
- г. выпить, если предлагающие внушают доверие.

**12. Как необходимо поступить человеку, если в подъезд вместе с ним доходит незнакомец?**

- а. не следует обращать на постороннего внимания;
- б. пропустить незнакомца вперёд;
- в. под любым предлогом задержаться у подъезда;
- г. войдя в подъезд побежать наверх.

**13. Что необходимо принять человеку, если он всё-таки вошёл в лифт с незнакомцем, вызывающим подозрение?**

- а. не следует ничего предпринимать, вести себя как обычно;
- б. заговорить с незнакомцем;
- в. нажать кнопки «диспетчер» и «стоп», завязать разговор с диспетчером и ехать на свой этаж;
- г. постоянно наблюдать за действиями незнакомца.

№ вопроса	Варианты ответов					
	а	б	в	г	д	е
1		X	X	X		
2		X	X			
3				X		
4		X	X	X		
5	X		X			
6		X				
7				X		
8				X		
9			X			
10			X			

11		X				
12		X	X			
13			X	X		

## Вариант 2

### 1. Какие известны факторы воздействия (риска) на здоровье человека?

- а. гомеопатические;
- б. физические;
- в. химические и биологические; г. социальные и психические.

### 2. Какие известны виды микроорганизмов, влияющих на организм человека?

- а. сапрофиты; б. спорофиты;
- в. условно патогенные;
- г. болезнетворные (патогенные); д. безусловно патогенные.

### 3. Каковы внешние признаки большинства инфекционных заболеваний?

- а. снижение температуры тела;
- б. подъём температуры тела;
- в. озноб, разбитость во всём теле;
- г. головная боль.

### 4. Какими путями обычно передаются инфекции?

- а. фекально-оральным;
- б. фекально-капельным;
- в. воздушно-капельным и жидкостным;
- г. контактным или контактно-бытовым путём, а также переносчиками зоонозных инфекций.

### 5. Дополните предложение.

Иммунитет с биологической точки зрения-это...

- а. основа хорошего здоровья каждого человека;
- б. способ защиты внешнего постоянства организма от живых тел или веществ, несущих в себе признаки генетически чужеродной информации;
- в. способ защиты внутреннего постоянства организма от живых тел или веществ, несущих в себе признаки генетически чужеродной информации;
- г. способы защиты организма от живых существ и вредных веществ.

### 6. Дополните предложение.

Здоровый образ жизни - это...

- а. способ существования разумных существ;
- б. государственная политика, направленная на формирование у людей правильного поведения;
- в. индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление своего здоровья.

### 7. Перечислите основные составляющие тренированности организма человека?

- а. сердечно-дыхательная выносливость;
- б. сердечная сила и дыхательная выносливость; в. мышечная сила и выносливость;
- г. скоростные качества и гибкость.



<b>10</b>				<b>X</b>		
<b>11</b>		<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>		
<b>12</b>		<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>		
<b>13</b>		<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>		

## 5. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания

Предметом оценки служат умения и знания, предусмотренные по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» учебной программой.

В процессе изучения дисциплины предусмотрены следующие формы контроля: текущий, промежуточный контроль (контрольная работа), контроль самостоятельной работы студентов, оценка практических занятий.

Текущий контроль успеваемости обучающихся осуществляется по всем видам работ, предусмотренных рабочей программой дисциплины, осуществляется преподавателем.

Текущий контроль успеваемости проводится в следующих формах:

- устная (устный опрос, отчет по результатам самостоятельной работы и т.д.);

- тестовая (письменное, компьютерное тестирование);

- оценка практических работ (отчет);

- оценка самостоятельных работ (защита сообщений, докладов).

Результаты текущего контроля успеваемости фиксируются в журнале занятий с соблюдением требований по его ведению.

Промежуточная аттестация - это элемент образовательного процесса, призванный определить соответствие уровня и качества знаний, умений и навыков обучающихся, установленным требованиям рабочей программе дисциплины.

Промежуточная аттестация по дисциплине определяется рабочим учебным планом и рабочей программой дисциплины, проводится в форме контрольной работы. Контрольная работа предназначена для контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины ОДБ.8 «Основы безопасности жизнедеятельности» по специальности СПО: 09.02.04 «Информационные системы (по отраслям) 22.02.06 «Сварочное производство», 23.02.01 «Организация перевозок и управление на транспорте (по видам)»

При выставлении оценки учитывается уровень овладения умениями, знаниями.

### Формы и методы оценивания

Устный ответ.

«**Отлично**», если студент:

- полно раскрыл содержание материала в объеме, предусмотренном программой и учебником;

- изложил материал грамотным языком в определенной логической последовательности, точно используя терминологию;

- умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации при выполнении практического задания;

- продемонстрировал усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость используемых при отработке умений и навыков;

- отвечал самостоятельно без наводящих вопросов преподавателя.

Возможны одна - две неточности при освещении второстепенных вопросов или в выкладках, которые студент легко исправил по замечанию преподавателя. «**Хорошо**», если он удовлетворяет в основном требованиям на оценку «5», но при этом имеет один из недостатков:

- в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие содержание

ответа;

- допущены один - два недочета при освещении основного содержания ответа, исправленные по замечанию преподавателя;

- допущена ошибка или более двух недочетов при освещении вто- ростепенных вопросов или в выкладках, легко исправленные по замечанию преподавателя.

«**Удовлетворительно**» ставится в следующих случаях:

- неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения программного материала;

- имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов преподавателя;

- студент не справился с применением теории в новой ситуации при выполнении практического задания, но выполнил задания обязательного уровня сложности по данной теме.

«**Неудовлетворительно**» ставится в следующих случаях:

- не раскрыто основное содержание учебного материала;

- обнаружено незнание или непонимание учеником большей или наиболее важной части учебного материала;

- допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, в рисунках, чертежах или графиках, в выкладках, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов преподавателя.

### **Письменный ответ**

«**Отлично**», если студент:

- полно раскрыл содержание материала в объеме, предусмотренном программой учебником;

- изложил материал грамотным языком в определенной логической последовательности, точно используя терминологию;

- показал умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами;

- продемонстрировал усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость используемых при отработке умений и навыков;

- отвечал самостоятельно без наводящих вопросов преподавателя.

«**Хорошо**», если он удовлетворяет в основном требованиям на оценку «5», но при этом имеет один из недостатков:

- в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие содержание ответа;

- допущены один - два недочета при освещении основного содержания ответа, исправленные по замечанию преподавателя;

- допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов или в выкладках, легко исправленные по замечанию преподавателя.

«**Удовлетворительно**» ставится в следующих случаях:

- неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения программного материала;

- имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов преподавателя;

- ученик не справился с применением теории в новой ситуации при выполнении практического задания, но выполнил задания обязательного уровня сложности по данной теме.

«**Неудовлетворительно**» ставится в следующих случаях:

- не раскрыто основное содержание учебного материала;

- обнаружено незнание или непонимание учеником большей или наиболее важной части учебного материала;
- допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов преподавателя.

#### Тестирование

- Оценка «5» - 100 - 90% правильных ответов
- Оценка «4» - 89 - 80% правильных ответов
- Оценка «3» - 79 - 70% правильных ответов
- Оценка «2» - 69% и менее правильных ответов

#### Практические занятия.

Выполнение практически всей работы (не менее 80%) - положительная оценка

Самостоятельная работа состоит из подготовки рефератов, тестов, кроссвордов, оформления документов

- «5» - полностью выполненное задание, тема раскрыта
- «4» - небольшие недочеты в раскрытии темы и ее понимании
- «3» - не полностью выполненное задание и допущены ошибки
- «2» - полностью отсутствует задание

#### Письменная контрольная работа.

**«Отлично»** ставится, если:

- работа выполнена полностью;
- в рассуждениях и обосновании ответов нет пробелов и ошибок;
- возможна одна неточность, описка, не являющаяся следствием незнания или непонимания учебного материала.

**«Хорошо»** ставится, если:

- ответ дан полностью;
- допущена одна-две ошибки в ответах.

**«Удовлетворительно»** ставится, если:

- допущены более одной ошибки, но студент владеет обязательными знаниями по проверяемой теме.

**«Неудовлетворительно»** ставится, если:

- допущены существенные ошибки, показавшие, что студент не владеет обязательными умениями по данной теме в полной мере.

## **6. Перечень материалов, оборудования и информационных источников, используемых для текущей и промежуточной аттестации**

### 6.1 Оборудование учебного кабинета

- комплекс учебно-наглядных пособий по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»;
- технические средства обучения: компьютер, экран, видеосистема.

### 6.2 Рекомендуемая литература

#### **Основные источники:**

Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л., Основы безопасности жизнедеятельности. М.: Академия 2013.

Косолапова Н.В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для учреждений сред. проф.

образования. — М., 2013.

В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова. Атлас добровольного спасателя. Первая медицинская помощь на месте происшествия. АСТ, М., 2008.

И.К. Топоров Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10—11 кл. - М., 2010.

А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10—11 кл. - М., 2009.

100 вопросов — 100 ответов о прохождении военной службы солдатами и сержантами по призыву и по контракту: Сборник. - М., 2009.

Э.А. Арустамов Основы безопасности жизнедеятельности. М.: 2012.

#### **Для преподавателей**

Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных федеральными конституционными законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6 -ФКЗ, от 30.12.2008 № 7 -ФКЗ) // СЗ РФ. — 2009. — № 4. — Ст. 445.

Федеральные законы «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 61-ФЗ и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму» Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. - М.: 2009.

Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: тестовый контроль знаний старшеклассников: 10—11 кл. А.Т. Смирнов, М.В. Маслов; под ред. А.Т. Смирнова. - М., 2009.

А.Т. Смирнов, Р.А. Дурнев, С.К. Миронов Безопасность жизнедеятельности.

Методическое пособие для преподавателей учреждений СПО. - М.: Дрофа, 2007.

Военная доктрина Российской Федерации // Вестник военной информации. - 2013. - № 5.

Дуров В.А. Отечественные награды. — М.: Просвещение, 2005.

Евлахов В.М. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы. Дидактическое пособие. Дрофа, М. 2006.

Конституция Российской Федерации (действующая редакция).

Концепция национальной безопасности Российской Федерации // Вестник военной информации. - 2000. - № 2.

Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие - М., 2000.

Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб. для 10—11 кл. - М.: 2006.

#### **Справочники, энциклопедии**

Изотова *М.А.*, Царева *Т.Б.* Полная энциклопедия орденов и медалей России. — М., 2008.

Ионина Н.А. 100 великих наград. — М., 2009.

Каменев А.И. Энциклопедия русского офицера. — М., 2008.

Каторин Ю. Ф. Танки: иллюстрированная энциклопедия. — М., 2011.

Лубченков Ю.Н Русские полководцы. — М., 2009.

#### **Электронные учебные пособия**

1. А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, В. А. Васнев. Основы безопасности жизнедеятельности. Уч-к для 10 кл. М.: 2013

2. В.В. Марков, В.Н. Латчук, С.К. Миронов. Основы безопасности жизнедеятельности М.: 2013
3. Белашова Л. Г. Словарь терминов по ОБЖ М.: 2011.

### **Интернет-ресурсы**

1. [http\\wwwkuhta.clan.su](http://www.kuhta.clan.su) Журналы «Основы безопасности жизнедеятельности»
2. [http\\www.school-obz.org](http://www.school-obz.org) Основы безопасности жизнедеятельности.
3. [http\\www.informatic.narod.ru/obg.html](http://www.informatic.narod.ru/obg.html) Основы безопасности жизнедеятельности
4. [http\\www.anty-crim.boxmail.biz](http://www.anty-crim.boxmail.biz) Искусство выживания
5. [http\\www.goodlife.narod.ru](http://www.goodlife.narod.ru). Все о пожарной безопасности
6. [http\\www.0-1.ru](http://www.0-1.ru) Охрана труда. Промышленная и пожарная безопасность. Предупреждение чрезвычайных ситуаций
7. [http\\www.hsea.ru](http://www.hsea.ru) Первая медицинская помощь.
8. [http\\www.spas-extreme.ru](http://www.spas-extreme.ru) Россия без наркотиков.

