

Оценочные материалы по ОБЖ

5 – 9 класс

Пояснительная записка

По каждому разделу рабочей программы составлены контрольно-измерительные материалы и итоговые задания для проверки знаний в конце учебного года. Содержимое заданий направлено на проверку достижения уровня обязательной подготовки, проверки знаний на понимание важных элементов содержания (понятий, их свойств и др.)

Оценочные материалы содержат задания, при помощи которых проверяется умение применять знания в простейших практических ситуациях. В конце каждого материала содержатся сложные задания, что направлено на дифференцированную проверку повышенного уровня владения материалом. Задания высокого уровня сложности, требуют развернутого ответа. При выполнении этих заданий учащиеся должны приводить необходимые обоснования и пояснения.

Назначение контрольных измерительных материалов

Контрольные измерительные материалы позволяют установить уровень освоения учащимися 5 – 11 классов федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования. Тексты заданий предлагаемой модели контрольной работы в целом соответствуют формулировкам, принятым в учебниках, включенным в Федеральный перечень.

Документы, определяющие содержание контрольных измерительных материалов

Содержание работы определяется на основе:

1. Приказа Министерства образования РФ от 05.03.2004 N 1089" «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» (в ред. Приказов Минобрнауки России от 03.06.2008 N 164, от 31.08.2009 N 320, от 19.10.2009 N 427, от 10.11.2011 N 2643, от 24.01.2012 N 39, от 31.01.2012 N 69, от 23.06.2015 N 609);
2. Примерной программы среднего общего образования по истории (базовый уровень).
3. С учетом основной образовательной программы основного общего образования МКОУ «Школа №2» г. Пласта.

Критерии оценивания

Исходя из поставленной цели и возрастных возможностей учащихся, необходимо учитывать:

- правильность и осознанность изложения содержания. Полноту раскрытия понятий, точность употребления научных терминов;
- степень сформированности интеллектуальных и общеучебных умений;
- самостоятельность ответа;

- речевую грамотность и логическую последовательность ответа. **Отметка «5»:**
- полно раскрыто содержание материала в объеме программы и учебника;
- четко и правильно даны определения и раскрыто содержание понятий; верно использованы научные термины;
- для доказательства использованы различные умения, выводы из наблюдений и опытов; ответ самостоятельный, использованы ранее приобретенные знания.

Отметка «4»:

- раскрыто основное содержание материала;
- в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины;
- ответ самостоятельный;
- определения понятий неполные, допущены незначительные нарушения последовательности изложения, небольшие неточности при использовании научных терминов или в выводах из наблюдений и опытов.

Отметка «3»:

- усвоено основное содержание учебного материала, но изложено фрагментарно, не всегда последовательно;
- определения понятий недостаточно четкие;
- не использованы в качестве доказательства выводы и обобщения из наблюдений и опытов или допущены ошибки при их изложении;
- допущены ошибки и неточности в использовании научной терминологии, определении понятий.

Отметка «2»:

- основное содержание учебного материала не раскрыто;
- не даны ответы на вспомогательные вопросы учителя;
- допущены грубые ошибки в определении понятий, при использовании терминологии.

Спецификация заданий для тематического контроля по истории

1. Назначение контрольных измерительных материалов

Контрольные измерительные материалы позволяют установить уровень освоения учащимися 5 – 11 классов федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования. Тексты заданий предлагаемой модели контрольной работы в целом соответствуют формулировкам, принятым в учебниках и учебных пособиях, включенным в Федеральный перечень.

2. Документы, определяющие содержание контрольных измерительных материалов

Содержание работы определяется на основе:

1. Приказа Министерства образования РФ от 05.03.2004 N 1089" «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» (в ред. Приказов Минобрнауки России от 03.06.2008 N 164, от 31.08.2009 N 320, от 19.10.2009 N 427, от 10.11.2011 N 2643, от 24.01.2012 N 39, от 31.01.2012 N 69, от 23.06.2015 N 609);

1. Примерной программы среднего общего образования по истории (базовый уровень).

2. С учетом основной образовательной программы основного общего образования МКОУ «Школа №2» г. Пласта.

Содержание и структура **промежуточного контроля по ОБЖ в 5 - 9 классе** дают возможность достаточно полно проверить комплекс умений по темам:

Основы безопасности личности, общества и государства

Основы комплексной безопасности

Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Основы противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни
Основы здорового образа жизни
Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Кодификатор

требований к уровню подготовки обучающихся

5 – 7 класс

по ОБЖ

Кодификатор элементов содержания и требований к уровню подготовки обучающихся является одним из документов, определяющих структуру и содержание контрольных измерительных материалов. Кодификатор является систематизированным перечнем требований к уровню подготовки учащихся 5 - 7 классов и проверяемых элементов содержания.

Выпускник научится:

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
 - использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
 - использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
 - классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
 - безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
 - безопасно использовать бытовые приборы;
 - безопасно использовать средства бытовой химии;
 - безопасно использовать средства коммуникации;
 - классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
 - предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
 - безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
 - безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
 - безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
 - безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
 - безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
 - безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
 - адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
 - адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
 - безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
 - безопасно применять первичные средства пожаротушения;
 - соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
 - соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
 - соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства
- правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном);
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
 - адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;

- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;

- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

Выпускник получит возможность научиться:

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять права покупателя;
- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;
- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;
- оказывать первую помощь при коме;
- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;

- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

ПРИМЕРЫ ТЕСТОВ

Тесты 5 класс

Раздел 1

Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях

Правила безопасного поведения в быту

1. Какие службы входят в систему обеспечения безопасности города? Выберите правильные ответы.

- а) “Скорая помощь”;
- б) служба городского пассажирского транспорта;
- в) пожарная охрана;
- г) служба спасения;
- д) городская справочная служба;
- е) служба связи;
- ж) служба газа;
- з) милиция;
- и) служба погоды.

(а; в; г; ж; з)

2. Укажите, какие данные и в какой последовательности необходимо назвать при вызове по телефону службы безопасности:

- а) свои имя и фамилию;
- б) имя и фамилию свою и проживающих в квартире;
- в) номер телефона и адрес;
- г) адрес местожительства и номера рядом расположенных домов;
- д) причину вызова.

(д; а; в)

3. Из предложенных вариантов выберите основные причины возникновения опасных ситуаций в квартире (доме):

- а) отключение электроэнергии;
- б) неправильное обращение с техникой и бытовыми приборами;
- в) отсутствие аварийного освещения;
- г) неосторожное обращение с огнем;
- д) отсутствие сигнализации;
- е) криминогенные ситуации;
- ж) небрежность;
- з) выключенные радиоприемник или электроплита.

(б; г; е; ж)

4. Электротравма или электрический удар током происходит в результате:

- а) соприкосновения друг с другом нескольких оголенных электропроводов, находящихся под напряжением;
- б) прикосновения к оголенному электропроводу, находящемуся под напряжением;
- в) прикосновения мокрыми руками к электророзетке;

г) прикосновения к неисправной отключенной электропроводке.

(б; в)

5. Самыми опасными последствиями электрического удара током являются:

а) воспаление наружных оболочек глаз;

б) прекращение дыхания и кровообращения (клиническая смерть);

в) потеря сознания с нарушением сердечной деятельности.

(б; в)

6. К упавшему на землю в сырую погоду оголенному электропроводу нельзя подходить ближе, чем:

а) на 3 метра; в) на 7 метров;

б) на 5 Метров; г) на 10 метров;

(б)

7. Ваш младший брат взялся рукой за провод включенного магнитофона, и его током. Провод остался в его руке. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

а) схватить провод и вырвать его из рук брата;

б) подойти и посмотреть, как он себя чувствует;

в) отключить электричество в квартире (доме);

г) выдернуть провод из розетки;

д) вызвать помощь”;

е) позвать родителей (соседей).

8. Укажите основные причины затопления жилища:

а) неисправность запорных устройств (кранов);

б) неисправность электропроводки и освещения;

в) протечки крыши;

г) сквозные трещины в перегородках;

д) аварийное состояние водопровода;

е) засорение системы канализации.

(а; в; д; е)

9. Запорными устройствами в системе водоснабжения квартиры (дома) являются:

а) смесители;

б) трубопроводы горячей и холодной воды;

в) батареи центрального отопления;

г) краны;

д) поплавковый запорный клапан в сливном бачке туалета.

(а; г; д)

10. Вы пришли из школы, разделись и пошли мыть руки. Включив свет в ванной комнате, вы видите, что на полу полно воды и она очень быстро прибывает. Выберите из предложенных вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

а) взять тряпку и попытаться убрать воду;

б) если знаете где отключается электричество, то выключить, или попросить сделать это кого-то из соседей;

в) позвонить в аварийную службу;

г) взять инструменты и ликвидировать причину затопления самостоятельно;

д) попытаться при помощи тряпок препятствовать распространению воды;

е) перекрыть воду, если в квартире есть вентиль;

ж) сообщить родителям.

(б; в; е; ж; а)

11. В вашей квартире (доме) лопнула батарея центрального отопления. Горячая вода под большим давлением поступает в квартиру. В квартире (доме) вы один (одна). Обозначьте последовательность правильных действий в этой ситуации:

- а) максимально уменьшить поступление воды в помещение путем временной заделки отверстия в батарее или откачки воды с помощью подручных средств (ведер, тряпки и др.);
- б) принять меры к спасению материальных ценностей;
- в) сообщить соседям (этажом ниже обязательно) о случившемся и попросить их вызвать дежурного сантехника и оказать помощь;
- г) перекрыть вентиль (кран) подачи воды в системе отопления;
- д) отключить электросеть квартиры (дома), выкрутив пробки или выключив рубильник (автомат защиты).

(г; д; в; а; б)

12. Отравление бытовым газом в квартире (доме) может произойти в результате:

- а) полного сгорания газа;
- б) неполного сгорания газа;
- в) отключения электроэнергии в квартире;
- г) утечки газа.

(б; г)

13. В бытовой газ добавляют специальное вещество для того, чтобы:

- а) увеличить или уменьшить давление газа;
- б) изменить цвет газа, чтобы его было лучше видно;
- в) обнаружить утечку газа по запаху.

(в)

14. Придя домой, вы почувствовали запах газа. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) позвонить родителям или в аварийную службу;
- б) пойти к соседям и позвонить родителям или в аварийную службу;
- в) открыть окна и двери;
- г) проверить конфорки (если открыты, закрыть) и перекрыть основной вентиль подачи газа;
- д) зажечь спичку, чтобы проверить, откуда идет газ;
- е) зажечь спичку, чтобы определить место утечки газа.

(г; в; б)

15. Вы пришли домой, поставили полный чайник на газовую плиту и пошли смотреть телевизор. дверь в кухню плотно закрыта. Вдруг вы почувствовали запах газа. На улице сумерки. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) включить свет и посмотреть, в чем причина утечки газа; б) плотно закрыть дверь в кухню;
- в) выключить телевизор;
- г) зайти на кухню и перекрыть газовый кран;
- д) открыть окно;
- е) позвонить соседям и попросить о помощи;
- ж) позвонить родителям и сообщить о случившемся.

(в, г, д, б, е, ж)

16. Вы случайно разбили дома ртутный термометр. Капельки ртути раскатились по полу. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) поиграть шариками ртути;

- б) постараться их собрать веником в совок;
- в) выбросить собранную ртуть в помойное ведро;
- г) ничего не сказать родителям, чтобы не ругали;
- д) сообщить родителям о случившемся;
- е) поместить собранную ртуть в банку с водой.

(б; е; д)

17. В каких случаях нужно покинуть здание (квартиру) после взрыва:

- а) в любом случае;
- б) в случае, если не разрушена лестничная клетка;
- в) в случае угрозы обрушения конструкции здания;
- г) в случае, если разрушена часть стены, и угрозы обрушения конструкции нет;
- д) в случае начавшегося пожара.

(в; д)

18. Выберите названные ниже основные причины взрывов в жилых зданиях:

- а) неисправность системы водоснабжения;
- б) утечка бытового газа;
- в) неосторожное обращение с огнем;
- г) незаконное хранение и неправильное обращение с взрывными устройствами;
- д) нарушение правил эксплуатации бытовых электроприборов.

(б; г)

19. Вы находитесь в комнате и делаете уроки. Вдруг услышали сильный хлопок. В соседней квартире произошел взрыв. дверь в вашу квартиру завалена, отключился свет, телефон не работает. В вашей квартире обрушений нет. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) ждать спасателей;
- б) открыть входную дверь и попытаться очистить завал, чтобы выйти на лестничную площадку или на улицу;
- в) отключить газ, электричество и перекрыть воду;
- г) спуститься из окна на веревке;
- д) подавать сигналы из окна или с балкона, стучать по металлическим предметам.

(в; а; д)

20. Вы решили зайти к другу в соседнюю квартиру отдать видеокассету. Только вы отошли от двери, она захлопнулась. Ключи остались дома. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) будете ждать родителей на лестничной клетке;
- б) зайдете к другу и позвоните родителям;
- в) попросите рабочих с соседней стройки открыть замок;
- г) подождете родителей у друга.

(б; г)

Правила пожарной безопасности и поведения при пожаре

1. Определите из приведенных ниже основные причины пожаров в жилых зданиях:

- а) нарушение правил безопасности при пользовании электро- бытовыми и электронагревательными приборами;
- б) отсутствие первичных средств пожаротушения;
- в) неосторожное обращение с огнем;
- г) неисправность внутренних пожарных кранов;

- д) нарушение правил хранения и использования горючих и легковоспламеняющихся жидкостей;
- е) беспечность и небрежность при обращении с огнем;
- ж) неисправность телефонной связи;
- з) утечка газа;
- и) неосторожное обращение с пиротехническими изделиями;
- к) неисправность системы водоснабжения.

(а; в; д; е; з; и)

2. Что необходимо сделать, если в квартире начался пожар? Укажите правильные ответы в необходимой последовательности:

- а) попытаться потушить огонь, используя первичные средства пожаротушения;
- б) открыть окно для удаления дыма;
- в) немедленно покинуть помещение, плотно закрыв за собой дверь;
- г) позвонить на работу родителям и сообщить о пожаре;
- д) позвать на помощь взрослых;
- е) если нет взрослых, позвонить в пожарную охрану и сообщить о пожаре.

(в; д; е)

3. Что запрещается делать при пожаре в квартире? Выберите правильные ответы:

- а) выходить через задымленную лестничную площадку и пользоваться лифтом;
- б) при выходе по незадымлённой лестнице держаться за стены и поручни;
- в) выпрыгивать из окна, спускаться по водосточным трубам и стокам при помощи простыней и веревок;
- г) при увеличении концентрации дыма передвигаться пригнувшись или ползком;
- д) открывать двери и окна и тушить огонь до вызова пожарной охраны;
- е) сообщать о пожаре в пожарную охрану пока об этом не сообщено родителям на работу;
- ж) гасить водой включенные в сеть электроприборы;
- з) при эвакуации из задымленного помещения пользоваться переносным карманным фонариком.

(а; в; д; ж)

4. для приведения огнетушителя ОП-10 в действие необходимо:

- а) прочистить спрыск (отверстие);
- б) перевернуть огнетушитель вверх дном и встряхнуть;
- в) поднять рукоятку до отказа на 180 градусов;
- г) поднести огнетушитель к очагу пожара;
- д) направить струю на очаг загорания;

Разместите указанные действия в необходимой последовательности.

(г; а; в; б; д)

5. Для приведения в действие огнетушителя ОУ необходимо:

- а) направить раструб на пламя;
- б) сорвать пломбу и выдернуть чеку;
- в) прочистить раструб;
- г) нажать на рычаг;
- д) взяться за раструб рукой и придержать его.

(б; а; г)

6. При работе с углекислотным огнетушителем ОУ не разрешается:

- а) держать огнетушитель в вертикальном положении;
- б) держать огнетушитель в горизонтальном положении или переворачивать головкой вниз;
- в) прикасаться оголенными частями тела к раструбу;
- г) прикасаться к раструбу руками, на которые одеты защитные перчатки или рукавицы;

д) при тушении электроустановок, находящихся под напряжением, подводить раструб ближе, чем на один метр, к электроустановке и пламени.

(б; в; д)

7. Вы пьете чай, смотрите телевизор. дверь комнаты закрыта. Вдруг вы почувствовали запах дыма. Открыв дверь, вы увидели что с кухни валит дым и уже начинает заполнять всю квартиру. дышать практически невозможно. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

а) вбежать или заглянуть на кухню и посмотреть что горит; б) быстро вернуться обратно и закрыть дверь в комнату;

в) пригнувшись выходить из квартиры;

г) подойти к телефону и вызвать пожарных;

д) взять шарф или просто кусок ткани, чтобы сделать повязку на лицо, если есть возможность, смочить ее водой и прижать к лицу так, чтобы она закрывала нос и рот;

е) налить воды в чайник и начать тушить;

ж) зайти к соседям и вызвать пожарных.

(б; д; в; ж)

8. Вы сидите дома и слушаете музыку. Через некоторое время из розетки, в которую вы включили магнитофон, начинает идти дым, и она трещит. Вилка не вытаскивается. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

а) взять отвертку и починить розетку;

б) позвонить родителям;

в) обрезать провод;

г) отключить электричество;

д) взять чайник с водой и залить дымящуюся розетку; е) открыть окно, чтобы было чем дышать;

ж) накрыть магнитофон плотным пледом и полить сверху водой (если он дымится);

(г; ж; б)

9. Придя вечером из школы, вы обнаружили, что из-под двери вашей квартиры идет дым. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

а) войти в квартиру и узнать причину задымления; б) взять у соседей ведро и потушить огонь;

в) пойти к соседям и позвонить 01;

г) позвонить родителям.

(в; г)

10. Вы идете вечером из школы и замечаете, что из подвала вашего дома идет дым, и из него выбегают дети. Выберите из предлагаемых вариантов действий правильный:

а) подойти и спросить, что там дымит;

б) войти внутрь и посмотреть, что горит; в) пойти домой и позвонить в пожарную охрану.

(в)

11. Во время просмотра телепередачи загорелся телевизор. Что необходимо сделать в этом случае? Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

а) взять ведро с водой и залить пламя;

б) обесточить телевизор или полностью отключить электропитание в квартире;

- в) сообщить о возгорании в пожарную охрану;
- г) если телевизор взорвался, и пожар усилился, открыть окно и попытаться сбить пламя;
- д) если пожар усилился, покинуть помещение, закрыв двери и окна;
- е) если после отключения телевизор продолжает гореть, накрыть его плотной тканью, одеялом.

(б, е, д, в)

Правила обеспечения безопасности дорожного движения и безопасного поведения на транспорте

1. Из предложенных вариантов выберите основные причины транспортных аварий:

- а) отсутствие разметки на дороге;
- б) плохие погодные условия;
- в) невнимательность участников дорожного движения;
- г) отсутствие светофоров на перекрестках;
- д) отсутствие на главных улицах и дорогах подземных переходов;
- е) невыполнение правил безопасности водителями транспортных средств;
- ж) отсутствие регулировщика на нерегулируемом перекрестке; з) неправильное поведение пассажиров.

(б; в; е; з)

2: для выхода из автобуса в случае аварии можно использовать:

- а) вентиляционные люки;
- б) кабину водителя;
- в) двери и окна.

(а; в)

3. Основными зонами опасности в метро являются:

- а) вход в метро;
- б) турникеты на входе;
- в) площадка перед эскалатором;
- г) эскалатор;
- д) перрон;
- е) вагон поезда;
- ж) переходы с одной станции на другую;
- з) выход из метро.

(б; г; д; е)

4. У междугороднего автобуса, на котором вы ехали, на склоне горы отказали тормоза, и он, набирая скорость, скатывается вниз. Как вы будете действовать в данной ситуации? Укажите правильный ответ:

- а) постараетесь покинуть автобус, выбив окно или открыв дверь;
- б) поспешите на помощь водителю;
- в) останетесь в своем кресле, положив перед собой мягкие вещи, упретесь ногами и руками в спинку впереди стоящего кресла;
- г) встанете в проход и крепко ухватитесь за поручни; д) ляжете на пол в проходе автобуса.

(в)

5. Вас пригласили на дачу отмечать Новый год. На улице

29°C. От автобусной станции вы должны ехать по шоссе 17 км. На остановке автобуса вы узнаете, что автобусы начнут ходить только через два часа. Вам сказали, что вы можете дойти через лес за час. Выберите из предлагаемых вариантов единственно правильный:

- а) стоять на остановке и ждать;
- б) пойти через лес;

- в) попытаться доехать на какой-либо проезжающей мимо машине;
- г) вернуться домой;
- д) попробовать найти какой-либо другой способ добраться до нужного места (другой автобус).

(г)

6. Вы едете со знакомыми в автомобиле зимой. Гололед. Вы сидите на заднем сиденье. Вдруг на проезжую часть наперерез машине выбегает собака. Водитель начинает тормозить. В результате машина начинает скользить, и вы видите, что возможно столкновение со стоящим на обочине автомобилем. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) кричать, давать советы водителю;
- б) собраться, сгруппироваться. Упереться ногами в спинку переднего сиденья;
- в) лечь на заднее сиденье, закрыв голову руками;
- г) сидя, упереться руками в спинку переднего сиденья;
- д) постараться найти ремни безопасности и пристегнуть их;
- е) при остановке покинуть машину.

(б; е)

7. Во время аварии загорелась автомашина (автобус), в котором вместе с вами ехало много людей. Обозначьте последовательность правильных действий в этой ситуации:

- а) сообщить в дорожно-патрульную службу (ДПС) о случившемся;
- б) оказать помощь выбравшимся из автомашины (автобуса) людям;
- в) отправить на попутной машине нуждающихся в помощи в медицинское учреждение или вызвать скорую помощь;
- г) принять меры по тушению пожара;
- д) собрать свои вещи и продолжать поездку.

(б; в; г; а; д)

8. В ненастную, сырую погоду вы едете в троллейбусе. Неожиданно подул сильный ветер и произошел обрыв контактного провода, который упал на крышу троллейбуса. Водитель открыл двери для выхода пассажиров. Как вы будете покидать троллейбус? Укажите правильный ответ:

- а) через окно;
- б) будете выходить через двери по ступенькам;
- в) будете покидать троллейбус через дверь только прыжком, чтобы не поразило током.

(в)

9. Вы едете вечером на поезде метрополитена. В вагоне кроме вас находится только спящий пассажир. Вдруг поезд остановился в туннеле между станциями. Проходит 20 минут, но поезд стоит. И тут вы заметили в конце вагона оставленную кем-то коробку. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) разбудить пассажира;
- б) открыть коробку и посмотреть, что там; в) сообщить машинисту;
- г) выкинуть коробку в окно;
- д) удалиться в другой конец вагона и укрыться за сидениями.

(в; а; д)

10. Вы с другом находитесь в метро. В ожидании поезда вы замечаете, что один из пассажиров уронил на рельсы сумку и пытается прыгнуть за ней. Горит зеленый сигнал светофора.

Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) отправиться искать сотрудника транспортной милиции; б) остановить пассажира от необдуманного поступка;
 - в) посмотреть, что будет дальше;
 - г) подсказать этому человеку, чтобы он обратился за помощью к дежурному по станции.
- (б; г)

11. Вы едете с друзьями в вагоне метро. Вдруг вагон начинает заполняться дымом, слезятся глаза. Люди начинают беспокоиться. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) по внутренней связи передать сообщение машинисту;
 - б) попытаться открыть двери вагона и форточки, чтобы поступал свежий воздух;
 - в) найти под сиденьем в вагоне огнетушитель;
 - г) сохранять спокойствие, успокоить людей, обратиться за помощью к взрослым;
 - д) при остановке поезда в туннеле и открытии дверей не выходить на пути.
- (а; в; г; д)

12. Опасными зонами на железнодорожном транспорте являются:

- а) железнодорожные пути;
- б) железнодорожный вокзал;
- в) привокзальная площадь;
- г) залы ожидания;
- д) железнодорожные переезды;
- е) посадочные платформы.

(а, б, д, е)

13. Вы с родителями опаздываете на электричку. На путях перед вами стоит товарный поезд. Выберите из предлагаемых вариантов правильный ответ:

- а) бежать через пути к платформе, обегая товарный поезд; б) пройти до перехода и выйти на платформу;
- г) пролезть к платформе под товарными вагонами.

(б)

14. Вы сели в плацкартный (общий) вагон поезда. Где вы разместите свой багаж (чемодан, сумки), если оборудованные места под нижними полками заняты, и соседи не хотят их освобождать? Укажите правильный ответ:

- а) оставите в проходе вагона;
- б) положите на верхнюю полку по ходу поезда;
- в) положите на верхнюю полку против хода поезда;
- г) поставите под столик или скамейку;
- д) поставите на свободное место на скамейке.

(г)

15. Во время движения поезда в вашем вагоне появился сильный запах гари и дыма. Как вы будете действовать? Выберите правильный ответ:

- а) дерните за рукоятку стоп-крана;
- б) сообщите проводнику, соберете вещи и будете ждать в купе указаний;
- в) сообщите проводнику, соберете вещи и перейдете в другой вагон;
- г) сообщите проводнику, соберете вещи и потребуете, чтобы вас переселили в другой вагон;
- д) пойдете по соседним купе и будете сообщать о случившемся пассажирам.

(в)

16. Что надо делать для принятия безопасного положения при аварийной посадке самолета? Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

а) согнуть тело и наклонить голову как можно ниже; б) руки сложить на животе;
в) руками прикрыть голову;
г) руками упереться в спинку переднего сидения; д) упереться ногами в спинку переднего сидения.

(а; в; д)

17. Во время полета в самолете возникли неполадки, в результате которых предстоит аварийная посадка. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

а) не паниковать, выслушать информацию экипажа;
б) сгруппироваться перед посадкой, закрыв голову руками и наклонившись вперед;
в) одеться;
г) отправиться к экипажу выяснять ситуацию;
д) пристегнуться ремнем безопасности;
е) упереться руками в спинку переднего сиденья.

(а; в; д; б)

18. Во время круиза на теплоходе случилась авария, в результате которой необходима посадка пассажиров на спасательные средства. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

а) одеться, обуться, положить деньги и документы в полиэтиленовый пакет и убрать его в карман;
б) отправиться к капитану выяснять причину происшедшего;
в) прыгнуть за борт и плыть к ближайшей лодке;
г) надеть спасательный жилет;
д) сохраняя спокойствие и помочь другим людям успокоиться;
е) выполнять все указания экипажа корабля;
ж) спуститься в спасательный плот.

(а; д; г; е; ж)

19. Любой, кто первым заметил падение человека за борт судна в воду, должен:

а) четко выполнять все команды, вести наблюдение, стараясь не потерять пострадавшего из виду;
б) сообщить о происшедшем капитану судна;
в) громко крикнуть “Человек за бортом!”;
г) обозначить место падения, бросая в воду плавающие предметы; д) немедленно бросить пострадавшему спасательное средство, стараясь, чтобы оно упало не слишком далеко от него.
Разместите действия в логической последовательности.

(в; д; г; б; а)

Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях

1. Вы находитесь с родителями в своей квартире. Подойдя к двери на звонок, вы услышали: я сантехник, должен отремонтировать у вас водопроводный кран!”. Определите что вашим родителям следует предпринять в такой ситуации выбрав из предложенных вариантов правильные ответы:

а) открыть дверь со словами: вас, проходите!”;
б) впустить человека и потребовать служебное удостоверение;

- в) уточнить фамилию работника, позвонить в службу, которую он представляет, и узнать, есть ли там такой сотрудник получал ли он такое задание;
- г) попросить посетителя позвонить соседям и одновременно с ними открыть дверь, не освобождая ее от цепочки;
- д) открыв дверь, сказать: “Извините, но у нас с сантехником все в порядке”;
- е) впусив посетителя, продолжить заниматься своими делами Сказать: “Вот ванная, вот туалет. Если что, зовите - помогу”;
- ж) впусив сантехника, присутствовать при выполнении им работ.

(в,ж)

2. Ваша семья живет в квартире с лоджией на четвертом этаже. В квартире находятся только дети. Родители придут не скоро. Вы услышали, что входную дверь пытаются взломать какие-то злоумышленники. Определите, что вы сделаете для того, чтобы обезопасить себя и квартиру:

- а) открыть дверь со словами: “Извините, но, видимо, вы ошиблись адресом!”;
- б) включить магнитофон с записью разговора нескольких мужчин;
- в) позвонить в милицию, сообщить, что в квартиру пытаются ворваться злоумышленники
- г) в окно сообщить прохожим о происшествии, просить о помощи;
- д) приготовить все необходимое, чтобы в случае необходимости выбежать из квартиры и спастись бегством;
- е) через глазок или через окно постараться разглядеть и запомнить приметы
- ж) приготовить все необходимое, чтобы в случае необходимости спрятаться от грабителей в ванной, туалете или кладовой;
- з) вынести на лоджию предметы, которыми можно защищаться, если придется укрываться там от грабителей.

(б; в; г; д; е; з)

3. Ваша квартира расположена на третьем этаже девятиэтажного дома. Вы возвратились домой и обнаружили, что дверь приоткрыта, видны следы взлома, из квартиры слышны незнакомые голоса. Определите, что вы предпримете в этой ситуации:

- а) войти в квартиру и спросить: Кто здесь?»;
- б) закрыть дверь на ключ, не вынимая его из замка; в) обратиться за помощью к соседям;
- г) тихо войти в квартиру и незаметно выяснить, что происходит;
- д) доступным способом (по телефону соседей и т.п.) вызвать милицию;
- е) вместе с соседями зайти в квартиру, чтобы задержать зитеров”;
- ж) по телефону позвонить домой, чтобы узнать, что в ней происходит;
- з) попросить кого-либо из соседей дежурить у подъезда, чтобы выяснить, на какой машине и куда уедут воры;
- и) наблюдая за квартирой, подготовиться к тому, чтобы запомнить “гостей” (лица, одежду, телосложение);
- к) приготовить тяжелые или острые предметы, чтобы задержать на лестничной площадке.

(б; в; д; ж; з; и)

4. Вы находитесь дома один. Вдруг раздается звонок в дверь. Вы подходите к двери и видите в глазок незнакомое человека. Он пытается уговорить вас открыть дверь. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) позвонить родителям или в милицию;
- б) открыть дверь и узнать, что ему нужно;

в) попробовать громко разговаривать с родителями (обмануть); г) сказать, что дома никого нет, а открывать дверь запретили; д) не вступать в разговор; е) сказать, что вы вызвали милицию.

(д; в; е; а)

5. Вы заходите в свой подъезд и слышите громкие крики, смех, шум и понимаете, что этажом выше на лестничной клетке находится пьяная компания. Выберите из предлагаемых вариантов действий правильный:

а) спокойно подниматься домой;

б) ждать, пока они уйдут;

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

(в)

6. Вы идете из школы домой. К вам подходит незнакомец и предлагает покататься на машине. Выберите из предлагаемых вариантов действий правильный:

а) вы с ним заговорите и начнете расспрашивать, где вы будете кататься;

б) скажете, что сейчас не можете, но с удовольствием покатаетесь в следующий раз и попросите позвонить вам по домашнему телефону, чтобы договориться о времени и месте встречи;

в) скажете: “Нет. Я не поеду” и отойдете или перейдете на другую сторону дороги;

г) согласитесь покататься только 10—15 минут при условии, что он потом проводит вас домой.

(в)

7. Вы с родителями пошли на футбольный матч. По окончании его на выходе возникли давка и суматоха, к тому же отключилось освещение. Началась паника. Вас оттеснили от родителей, и вы потеряли их из виду. У вас упала сумка. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

а) кричать, звать родителей;

б) держаться в середине толпы и после прохода узких мест постараться выбраться из нее;

в) попытаться растолкать людей и найти родителей;

г) наклониться и поднять сумку;

д) искать своих родителей после окончания сутолоки;

е) забыть о сумке, застегнуть одежду, стараться не падать;

ж) постараться выбраться из толпы, используя столб, тумбу, памятник;

з) позвонить домой, сообщить, что все в порядке; и) обратиться в милицию, сообщить о том, что потерялись.

(е; б; д; и; з)

8. Вы гуляете зимой в парке. Вдруг на вас выбегает с лаем большая собака. У вас в руках клюшка, сумка с коньками. Выберите из предлагаемых вариантов дальнейшие действия и определите их очередность:

а) замахнуться клюшкой и отогнать собаку; б) убежать от нее;

в) закричать, отгоняя ее клюшкой, бросить в нее сумкой; г) упасть на землю;

д) остановиться, повернувшись к собаке лицом вполборота; е) подразнить собаку;

ж) громко позвать хозяина;

з) при подготовке собаки к прыжку упереться, закрыв горло и лицо согнутой в локте рукой;

и) сохранять спокойствие;

к) при покусах промыть рану, обратиться в травмпункт по месту жительства.

(д; и; ж; з; к)

9. Молодой человек интеллигентного вида подходит к вам и говорит, что является знакомым родителей и просит впустить его в квартиру, чтобы там подождать папу или маму и сделать им сюрприз. Ваши действия:

а) спросите у незнакомца фамилию, имя, отчество папы и мамы, где они работают, и, получив правильный ответ, впустите его в квартиру;

б) уточните у незнакомца более широкие сведения о родителях (например, откуда он их знает), после чего впустите в квартиру;

в) не впустите незнакомца в квартиру ни при каких обстоятельствах.

(в)

10. Вы остались дома одни. В квартиру позвонили. На ваш вопрос: “Кто?” ответили:

“Сантехник, необходимо перекрыть горячую воду, иначе зальет весь дом, а кран в вашей квартире”. Ваши действия:

а) откроете дверь и впустите сантехника;

б) предложите сантехнику прийти с Милиционером;

в) попросите сантехника зайти с кем-нибудь из взрослых соседей, которых вы знаете.

(в)

11. Вам позвонили в дверь и сказали: нужно расписаться”. Ваши действия:

а) надев дверную цепочку, откроете дверь;

б) попросите прочесть телеграмму через дверь, в противном случае отнести ее на почту;

в) предложите оставить телеграмму в двери - вы потом ее заберете.

(б)

12. Вы пришли домой и замечаете, что в квартире кто-то побывал (распахнута дверь, выбито окно и т.п.). Ваши действия:

а) войдете в квартиру, осмотрите ее, установите, какие вещи исчезли, и сообщите об этом в милицию;

б) войдете в квартиру и сразу сообщите в милицию по телефону 02;

в) не будете входить в квартиру, а вызовете милицию по телефону от соседей.

(в)

13. Возвращаясь вечером домой, вы будете:

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

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

в) воспользуетесь попутным транспортом.

(б)

14. Подростки-хулиганы часто нападают на маленьких детей. Вы посоветуете в данном случае детям:

а) смело вступать в драку и отстаивать свои игрушки, одежду и т.д.;

б) позвать на помощь друзей или взрослых;

в) уступить требованиям и никому не рассказывать о случившемся, даже родителям.

(б)

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

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

б) остановитесь и уясните причину преследования; в) броситесь бежать к телефонной будке.

(а)

16. На улице к вам подъехала машина, и водитель стал вести

себя агрессивно. Ваши действия:

- а) вступите в разговор с неизвестным вам водителем;
 - б) броситесь бежать в сторону своего дома;
 - в) закричите и будете убегать в направлении, противоположном
- (в)

Основные мероприятия

гражданской обороны по защите населения, проводимые в мирное время

1. Сирены и прерывистые гудки предприятий и транспортных средств означают сигнал оповещения:

- а) «Внимание всем!»;
- б) «Внимание! Опасность!»;
- в) «Тревога».

(а)

2. Вы играли с друзьями на улице. Вдруг на заводах и предприятиях загудели гудки. В жилом районе включили сирену. Ваши действия:

- а) немедленно пойти домой и уточнить у родителей или соседей, что произошло в микрорайоне, городе, стране;
- б) продолжить игру, не обращая внимания на происходящее вокруг вас;
- в) пойти домой, включить радио или телевизор на местной программе, выслушать информацию и выполнить содержащиеся в ней указания.

(в)

3. Находясь дома одни, вы вдруг слышите прерывистые гудки предприятий и машин. Ваши действия:

- а) это сигнал “Внимание всем!”. Услышав его, вы немедленно включите телевизор, радиоприемник и будете слушать сообщение;
- б) немедленно покинете помещение и спуститесь в убежище;
- в) это сигнал “Радиоактивная опасность”. Вы плотно закроете все форточки и двери.

(а)

4. Во время урока вы отсутствовали в классе. В школе объявили экстренную эвакуацию. Ваши действия:

- а) постараетесь найти свой класс;
 - б) соберете свои вещи и пойдете домой;
 - в) спросите разрешение у преподавателя школы и эвакуируетесь с другим классом.
- ном движению машины.

(в)

5. При объявлении эвакуации граждане обязаны взять с собой:

- а) личные вещи;
- б) хозяйственные принадлежности (стирающие, моющие и чистящие средства, посуду и т.д.);
- в) спальные принадлежности;
- г) документы;
- д) продукты питания;
- е) туалетные принадлежности (мыло, зубную щетку, зубную пасту и т.п.);
- ж) необходимый ремонтный инструмент (молоток, пассатижи, отвертка, топор и т.п.);
- з) средства индивидуальной защиты.

(а; г; д; е; з)

6. Назовите, какие из нижеприведенных документов не обязательно брать с собой при эвакуации:

- а) свидетельство о рождении;
- б) справка о месте жительства;
- в) паспорт;
- г) военный билет;
- д) водительское удостоверение;
- е) страховой медицинский полис;
- ж) диплом об образовании.

(б; е)

7. Запас продуктов питания при эвакуации берется на:

- а) 1-2 дня; в) 3-4 дня;
- б) 2-3 дня; г) 4-5 дней.

(б)

8. Перечислите, что обязательно необходимо сделать в квартире перед убытием на сборный эвакуационный пункт:

- а) закрыть окна и форточки;
- б) забить окна и форточки досками;
- в) вывернуть все электролампочки;
- г) отключить все осветительные и электронагревательные приборы;
- д) все вещи с балкона (лоджии) и коридоров внести в комнату;
- е) закрыть краны водопроводной и газовой сетей;
- ж) произвести влажную уборку помещений;
- з) закрыть квартиру на замок.

(а; г; е; з)

9. Назовите, какие средства индивидуальной защиты защищают органы дыхания:

- а) противогаз, респиратор, ватно-марлевая повязка;
- б) костюм Л-1 и ОЗК.

(а)

10. определите какой размер шлем-маски ГП-7 выбрать ученику, если охват его головы равен 66 см.:

- а) номер 1; г) номер 3;
- б) номер 2; д) номер 5.
- в) номер 0;

(б)

11. Назовите при каких условиях противогаз носится в положении «наготове с

- а) по сигналу воздушная тревога»;
- б) при угрозе заражения, после информации по радио или по команде «Противогазы готовы!»;
- в) при условии, когда обнаружены признаки применения отравляющих веществ (ОВ) или иного заражения.

(б)

12. Назовите основные отличия противогаза ГП-7 от ГП-7В?

- а) отсутствие трубки для приема воды;
- б) модель шлем-маски

в) модель фильтрующей коробки.

(а)

13. Противогаз снимается по команде:

а) «Снять противогаз!»;

б) «Отбой!»; в) «Противогаз снять!»;

г) «Противогаз - в сумку

(в)

14. Из приведенных ниже марок противогазов выберите сначала те, которые применяются для защиты взрослого населения, а затем - для защиты детей:

ПДФ-Ш; ПДФ-2Ш; ГП-7; ГП-7В; ПДФ-2П; ГП-5.

(для защиты взрослых: ГП-7; ГП-7В; ГП-5;

для защиты детей: ПДФ-Ш; ПДФ-2Ш; ПДФ-2П)

15. Противогаз служит для защиты органов дыхания, лица и глаз:

а) от отравляющих веществ;

б) от радиоактивных веществ;

в) от бактериальных средств;

г) от высоких температур внешней среды.

В приведенной цепочке допущена ошибка, найдите ее.

(г)

16. В комплект детского противогаза ПДФ-2Ш входят:

а) фильтрующе-поглощающая коробка; б) коробка;

в) лицевая часть

г) головной убор;

д) коробка с запотевающими пленками;

е) сумка для переноски противогаза.

В приведенной цепочке допущена ошибка, найдите ее.

(б)

17. Противогаз ПДФ-Ш предназначен для детей и подростков возраста:

а) от 5 до 17 лет;

б) от 7 до 17 лет;

в) от 10 до 17 лет.

(в)

18. к простейшим средствам защиты органов дыхания относятся:

а) фильтрующие гражданские противогазы;

б) фильтрующие промышленные противогазы;

в) ватно-марлевая повязка (ВМП);

г) изолирующие противогазы;

д) фильтрующие детские противогазы;

е) противопыльная тканевая маска (ПТМ).

(в; е)

19. Противогаз носится в положении:

а) «походном»; г) «боевом»;

б) «рабочем»; д) «защитном».

в) «наготове»;

Найдите ошибки в приведенной цепочке.

(б; д)

20. Установите последовательность действий при переводе противогаза в «боевое» положение:

а) снять головной убор, зажать между коленями или положить рядом;

б) задержать дыхание и закрыть глаза;

в) вынуть из сумки и надеть шлем-маску;

г) надеть головной убор, застегнуть сумку и закрепить ее на туловище;

д) сделать полный выдох, открыть глаза и возобновить дыхание.

(б; а; в; д; г)

Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи

Вопросы для проверки качества усвоения материала

1. Какие вам известны виды повреждений и их признаки? 2. В каких случаях получивший ранение человек нуждается в медицинской помощи? 3. Чем и как обработать мелкие ссадины, порезы, ранки? 4. Какое кровотечение называется наружным, а какое внутренним? 5. К какому виду можно отнести кровотечение, если кровь из раны вытекает непрерывно, спокойно и имеет темный цвет? 6. Каковы правила оказания первой медицинской помощи при кровотечениях? 7. Каковы правила оказания первой медицинской помощи при ожогах? 8. Какие вам известны способы временной остановки кровотечения? 9. Для каких целей предназначена давящая повязка? 10. Что необходимо сделать с раной перед наложением давящей повязки? 11. В каких местах нужно прижать артерию, чтобы остановить кровотечение? 12. Как правильно наложить жгут при повреждении крупных артериальных сосудов при ранении ног и рук? 13. При кровотечении из руки или ноги врачи рекомендуют поднять руку или, соответственно, ногу. Как вы думаете, зачем? 14. Как правильно использовать индивидуальный перевязочный пакет? 15. Как вы думаете, почему при кровотечении из носа, кроме оказания конкретной помощи, пострадавшего важно успокоить?

Тесты

Общая характеристика повреждений

1. Повреждение целостности тканей и нарушение функций, сопровождающееся местной или общей реакцией организма, вызванное воздействием на человека одного или одновременно нескольких факторов внешней среды (механических тепловых, холодных, химических, радиационных), это: а) рана; б) травма; в) ушиб. (б)

2. К закрытым повреждениям относятся: а) вывихи; б) растяжения; в) царапины

3. Если кровотечение сопровождается излиянием крови во внутренние органы, полости и ткани, то оно называется: а) полостным; б) внутренним; в) закрытым; г) наружным. (б)

4. Из приведенных примеров выберите те, которые характеризуют венозное и артериальное кровотечения: а) кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струей; б) кровь сочится по всей поверхности тела и ее трудно остановить; в) кровь имеет темный цвет, не пульсирует, вытекает из раны спокойно, непрерывно. (венозное - в, артериальное - а)

5. Артериальное кровотечение возникает: а) при поверхностном ранении в случае повреждения сосуда;

б) при неглубоком ранении в случае повреждения любого из сосудов; в) при повреждении какой-либо артерии при глубоком ранении.

(в)

6. При несчастных случаях, стихийных бедствиях и катастрофах чаще всего имеют место: а) артериальное кровотечения б) капиллярные кровотечения в) смешанные кровотечения; г) венозное кровотечения. (в)

7. Что необходимо сделать с раной перед наложением давящей повязки? Выберите правильный вариант ответа: а) промыть рану водой и обработать ее зеленкой; б) обработать рану йодом;

в) обработать рану перекисью водорода или слабым раствором марганцовки. (в)

8. Способ остановки кровотечения приданием возвышенного положения поврежденной конечности главным образом применяется: а) при любых ранениях конечности; б) при смешанном кровотечении; в) при поверхностных ранениях в случае венозного кровотечения.

(в)

9. Пострадавшего необходимо направить в медицинское учреждение, если носовое кровотечение не удается остановить в течение: а) 1 часа; б) 20-30 мин.; в) 30-40 мин.

(в)

Первая медицинская помощь при травмах и острых состояниях

1. Как правильно оказать помощь другу (подруге) при кровотечении из носа? Выберите из предлагаемых вариантов ответов ваши дальнейшие действия и определите их очередность: а) сказать другу, чтобы он стоял, запрокинув голову назад, и не шевелился; б) усадить друга, наклонив его туловище вперед; в) измерить температуру и дать обезболивающее; г) смочить кусочки ваты раствором перекиси водорода и ввести их в носовые ходы; д) положить на спинку носа холод; е) плотно прижать крылья носа к перегородке на 5-10 минут. (б; д; е; г)

2. Как правильно оказать помощь при глубоком и обширном ранении? Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность: а) успокоить пострадавшего, дать ему успокоительное лекарство; б) продезинфицировать рану; в) обеспечить неподвижность поврежденной части тела; г) измерить температуру; д) остановить кровотечение; е) наложить стерильную повязку; ж) доставить пострадавшего в травматологический пункт;

з) перед отправкой в травматологический пункт дать пострадавшему *обезболивающее* средство. (д; б; е; в; з; ж)

3. Определите последовательность оказания первой медицинской помощи пострадавшему при легком поражении электрическим током (если не произошло остановки сердца и дыхания): а) создать покой пострадавшему; б) обследовать пострадавшего; в) прекратить действие электрического тока на пострадавшего; г) принять меры к доставке пострадавшего в лечебное заведение или вызвать "Скорую помощь"; д) дать пострадавшему болеутоляющее и сердечные средства.

4. Определите последовательность оказания первой медицинской помощи пострадавшему при тяжелых поражениях электрическим током, сопровождающихся остановкой дыхания и сердца: а) принять меры к доставке пострадавшего в лечебное заведение; б) прекратить действия электрического тока; в) срочно приступить к реанимации (искусственное дыхание и непрямой массаж сердца; г) если пострадавший пришел в сознание, напоить его теплым питьем и тепло укрыть; д) обследовать пострадавшего. (б; д; в; г; а)

5. Немедленное прекращение действия электрического тока является одним из важных моментов при оказании пострадавшему первой медицинской помощи. Из приведенных ниже способов прекращения действия электрического тока выберите правильные: а) отключить ток, используя выключатель, или поворотом рубильника; б) отключить ток путем вывинчивания пробок; в) отбросить от пострадавшего электропровод одной рукой; г) отбросить от пострадавшего провод двумя руками; д) отбросить провод сухой палкой; е) отбросить провод предметом, не проводящим электрический ток; ж) намотать на руку тряпку и быстро отбросить провод. (а; б; д; е)

Раздел 3. Основы здорового образа жизни *Вопросы для проверки качества усвоения материала*

1. Какое воздействие оказывает движение на организм человека в период его роста и развития? 2. Какие функции осуществляют скелет и мышцы человека? 3. В каком

возрасте обычно завершается полное развитие опор-но-двигательного аппарата человека? 4. Какие виды движения вы знаете? 5. Какие изменения в организме человека могут произойти в результате недостатка движения? 6. Что вы представляете под понятием “осанка человека”? 7. Как называется искривление позвоночника в правую или левую сторону? 8. В чем нужно носить школьные принадлежности и почему? 9. Как различаются фигуры мальчиков и девочек в 12-13 летнем возрасте? 10. Почему рекомендуется ежедневно принимать душ утром и перед сном? 11. Какую функцию в организме выполняют слюнные железы? 12. Какие средства могут помочь при небольших высыпаниях угрей? 13. для чего предназначены потовые железы? 14. Почему в подростковом возрасте необходимо очень внимательно заботиться о своем здоровье? 15. Зачем делают зарядку и чем она полезна?

Тесты 1. для осуществления движения в организме человека с первых дней его развития формируется: а) центральная нервная система; б) сердечно-сосудистая система;

в) опорно-двигательный аппарат. (в)

2. В состав опорно-двигательного аппарата входит: а) система кровообращения;

б) костная и мышечная система; в) сердечнососудистая система. (б)

3. Полное развитие костно-мышечной системы человека заканчивается: а) к 16-18 годам; б) к 18-20 годам; в) к 20-24 годам; г) к 25-28 годам.

(в)

4. Гиподинамия, это: а) недостаток движения; б) избыток движения; в) физическое перенапряжение организма.

(а)

5. Последствием недостатка движения является: а) ухудшение памяти и внимания; б) ухудшение кровообращения, дыхания и пищеварения в) ухудшение сна; г) снижение силы сокращения мышц; д) полная остановка роста; е) некоторое улучшение работоспособности ж) частичная потеря слуха; з) снижение умственной и физической деятельности. (а; б; г; з)

6. Искривление позвоночника в правую или левую сторону, это: а) заболевание костей скелета; б) сколиоз; в) заболевание мышц. (б)

7. Каких необходимо придерживаться правил при работе сидя, чтобы сохранять правильную осанку? а) сидеть так, чтобы грудная клетка опиралась на край стола; б) сидеть прямо; в) сидеть, опираясь левым локтем на стол; г) плечи должны находиться на одном уровне; д) грудная клетка и голова должны держаться прямо, лишь немножко наклоняясь вперед; е) сиди за столом голова должна быть наклонена как можно ближе к плоскости (крышке) стола; ж) ноги должны быть вытянуты под столом и опираться пятками на пол; з) ноги должны быть согнуты в коленях под прямым углом, а ступни опираться на пол; и) руки должны свободно лежать на столе.

(б; г; д; з; и)

8. Перечислите, что необходимо использовать для переноски школьных принадлежностей, чтобы не было искривления позвоночника и была правильная осанка: а) портфель; б) школьный рюкзак; в) сумку; г) дипломат; д) ранец.

Проверочные работы

(б; д)

1. движение — основа жизни, естественная потребность человека. Оно формирует структуры и функции человеческого организма. Подумайте и ответьте:

а) Какое положительное влияние оказывает движение на организм человека; б) Какие функции осуществляют скелет и мышцы человека; в) Что такое гиподинамия и каковы ее отрицательные последствия для организма человека? 2. двигательная активность, регулярные занятия физической культурой и спортом — обязательное условие здорового образа жизни. Подумайте и ответьте: а) Что вы понимаете под выражением “двигательная активность”? б) Назовите основные правила активной деятельности. в) Сколько тысяч шагов в сутки необходимо делать подростку вашего возраста? 3. Человек имеет определенное положение тела при ходьбе, стоянии, сидении, например, за столом или партой. Со временем оно становится привычным и естественным. Подумайте и ответьте: а) Какие изменения в состоянии здоровья человека вызывает неправильное положение тела; б) Что называют сколиозом и каковы его причины? Приведите примеры; в) Что такое правильная осанка? Как проверить, правильная у вас осанка или нет?

4• у подростков вашего возраста усиливается не только рост костей и мышц, увеличиваются также сальные и потовые железы, располагающиеся в коже. Подумайте и ответьте: а) Как проявляется в вашем возрасте активность сальных и потовых желез; б) Что нужно делать при появлении прыщей (угрей) на лице, груди, спине; в) Почему рекомендуется принимать ежедневно душ или ванну утром и вечером перед сном? Что не рекомендуется делать при приеме душа или ванны? 5. Кто из вас не любит смотреть телевизионные передачи или заниматься с компьютером? Вы узнаете много интересного и нового для себя, расширяете свой кругозор. Подумайте и ответьте: а) На каком расстоянии нужно находиться от телевизора, просматривая телепередачи; б) Какое вредное воздействие на организм человека оказывает многочасовой просмотр телепередач и длительное сидение за компьютером; в) Какое правило необходимо соблюдать при просмотре телепередач и работе на компьютере?