Областное государственное профессиональное образовательное
бюджетное учреждение
«Биробиджанский колледж культуры и искусств»

РАССМОТРЕН И ОДОБРЕН на заседании предметно-цикловой комиссии общеобразовательных и общепрофессиональных дисциплин, протокол от «03» мая 2024 № 16	СОГЛАСОВАН заместитель директора по учебно-методической работе «03» мая 2024 г.	УТВЕРЖДЕН Приказ директора ОГПОБУ «БККИ» от «06» мая 2024 № 85-о/с

КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

СГ.03 Безопасность жизнедеятельности _____
(наименование дисциплины)

для специальности 54.02.01 Дизайн (по отраслям)
(код и название специальности, профессии)

форма обучения - очная

Комплект контрольно-оценочных средств по учебной дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» разработан в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования специальности 54.02.01 Дизайн (по отраслям), утвержденным приказом утверждённым приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 993 от 13 августа 2014 г. (зарегистрировано в Министерстве юстиции Российской Федерации 26 августа 2014 г. Регистрационный № 33879 и предназначен для организации обучения и выявления знаний студентов специальности 54.02.01 Дизайн (по отраслям).

Организация-разработчик: областное государственное профессиональное образовательное бюджетное учреждение «Биробиджанский колледж культуры и искусств»

Разработчик:
Титова Вера Яковлевна - преподаватель ОГПОБУ «БККИ»

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ.....4
2. ОПИСАНИЕ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ.....9
3. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.....39

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1. Область применения комплекта оценочных средств по учебной дисциплине «Безопасность жизнедеятельности».

Комплект оценочных средств (далее - КОС) разработан в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее - ФГОС СПО) по специальности 54.02.01. Дизайн (по отраслям) и предназначен для оценки результатов освоения программы учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».

Основная цель создания КОС учебной дисциплины – совершенствование содержания общеобразовательной профильной учебной дисциплины для формирования профессионально значимых компетенций. Комплект представлен контрольно-оценочными средствами и оценочными материалами для проведения текущего контроля, а также промежуточной аттестации в форме зачета.

1.2. Результаты освоения учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».

В результате освоения учебной дисциплины студент должен уметь:

- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; применять первичные средства пожаротушения;
- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
- оказывать первую помощь пострадавшим.

В результате освоения учебной дисциплины студент должен знать:

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
- основы военной службы и обороны государства;
- задачи и основные мероприятия гражданской обороны;
- способы защиты населения от оружия массового поражения;
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;
- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящие на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;
- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

1.3. Показатели сформированности общих и профессиональных компетенций.

Код и наименование формируемых компетенций	Дисциплинарные

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.	- сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; - знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.
ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.	- проявить нетерпимость к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; - знать о способах безопасного поведения в цифровой среде; - уметь применять их на практике; - уметь распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им.
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.	- сформировать представления о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении; - владеть основами медицинских знаний: владеть приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знать меры профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформировать представления о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знать о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера; - сформировать представления о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знать основы обороны государства и воинской службы; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны.
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	- знать основы безопасного, конструктивного общения, - уметь различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе

	криминального характера; - уметь предупреждать опасные явления и противодействовать им.
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.	- сформировать представления о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении; - знать основы безопасного, конструктивного общения, уметь различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им; - сформировать представления об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знать роль государства в противодействии терроризму; уметь различать приемы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знать порядок действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знать порядок действий при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции; - сформировать представления о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знать основы обороны государства и воинской службы; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны; - знать основы государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области; - знать основы государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформировать представления о роли государства,

	общества и личности в обеспечении безопасности.
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	- сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владеть основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях; - сформировать представления о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте. Знать правила безопасного поведения на транспорте, уметь применять их на практике, знать о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте; - знать о способах безопасного поведения в природной среде; уметь применять их на практике; знать порядок действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформировать представления об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования; - знать основы пожарной безопасности; уметь применять их на практике для предупреждения пожаров; знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	- владеть основами медицинских знаний: владеть приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знать меры профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформировать представления о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знать о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера.
ПК 1.3. Формировать техническое задание на дизайн-проект. Выполнять поиск решения для реализации технического задания на дизайн-проект.	- сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в

	социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; - знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.

2. ОПИСАНИЕ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Контрольно-оценочные средства для текущего контроля и промежуточной аттестации разработаны для оценки уровня освоения студентами планируемых результатов.

Задачами использования контрольно-оценочных средств являются:

- контроль и управление процессом приобретения студентами необходимых компетенций, определенных в ФГОСе в качестве результатов освоения учебной дисциплины;
- оценка результативности учебного процесса для каждого студента.

Структурные элементы КОС по дисциплине:

- результаты освоения дисциплины, подлежащие проверке;
- описание контрольно-оценочных средств;
- разноформатные задания для текущей аттестации по дисциплине;
- разноформатные задания для промежуточной аттестации по дисциплине.

Кроме оценочных заданий, комплект включает эталоны ответов к некоторым заданиям, а к типовым – алгоритмы решения либо ориентировочную основу действий.

Оценочные средства направлены на формирование планируемых результаты по указанной теме в рабочей программе.

Текущий контроль

Текущий контроль знаний проводится в форме фронтального опроса, индивидуального устного опроса по темам.

Критерии оценки освоения дисциплины на этапе проведения устного опроса

Форма текущего контроля	отметки по дисциплине			
	5 (отлично)	4 (хорошо)	3 (удовлетворительно)	2 (неудовлетворительно)
Устный опрос по темам	Студент свободно отвечает на вопросы, показывает глубокое знание темы	Ответ недостаточно полный, допускаются отдельные ошибки	Может ответить лишь на некоторые вопросы темы	Студент не усвоил тему

Письменный опрос

Тест. Обеспечение безопасности жизнедеятельности

1. Состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз.

А) Безопасность Б) Угроза безопасности В) Обеспечение безопасности

2. Какой закон определяет общие организационно-правовые нормы в области защиты граждан Российской Федерации, иностранных граждан и лиц без гражданства, находящихся на территории России, земельного, водного, воздушного пространства нашей страны, объектов производственного и социального назначения, окружающей природной среды от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера?

а) ФЗ «О безопасности»; б) ФЗ «Об обороне»; в) ФЗ «О гражданской обороне»; г) ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;

3. Что понимается под состоянием защищенности личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз?

а) железный занавес б) военное положение в) национальная безопасность

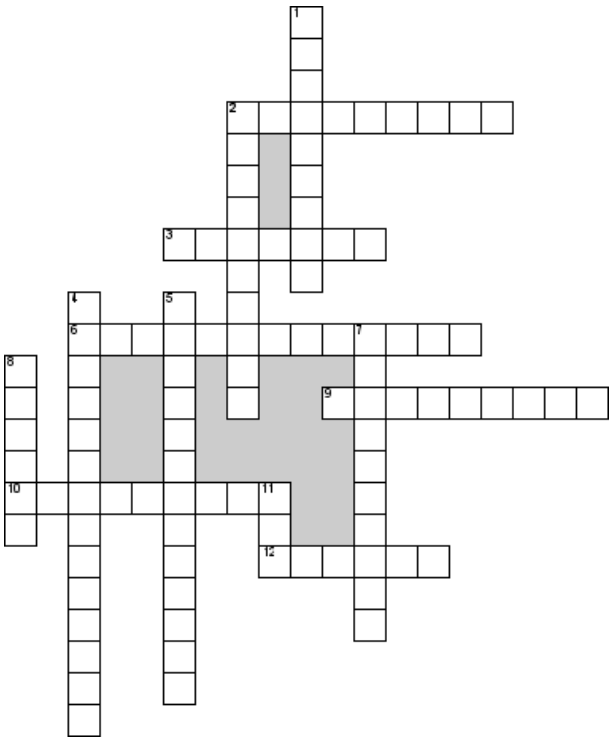
4. Что такое национальные интересы РФ?
а) Совокупность внутренних и внешних потребностей государства в обеспечении защищённости и устойчивого развития личности, общества и государства.
б) Силы и средства обеспечения национальной безопасности.
в) Вооружённые Силы Российской Федерации, другие войска, воинские формирования и органы, в которых федеральным законодательством предусмотрена военная и правоохранительная служба.
5. Что из перечисленного является средствами обеспечения национальной безопасности?
а) Телекоммуникационные каналы. б) Экономика. в) Конституция РФ.
6. На чем будет сосредоточено внимание международной политики РФ на долгосрочную перспективу?
а) На обладании источниками энергоресурсов.
б) На расширение сферы влияния.
в) На вступление в блок НАТО.
7. Что является негативным воздействием на международную обстановку в среднесрочной перспективе?
а) Ситуации в Ираке и Афганистане, конфликты на Ближнем и Среднем Востоке, в ряде стран Южной Азии и Африки, на Корейском полуострове.
б) Повышение пенсионного возраста.
в) Модернизация сил НАТО.
8. Что может привести к обострению существующих и возникновению новых региональных и межгосударственных конфликтов?
а) Критическое состояние физической сохранности опасных материалов и объектов, особенно в странах с нестабильной внутриполитической ситуацией.
б) Расширение сферы влияния НАТО.
в) Увеличение мощностей добычи энергоресурсов.
9. Что будет делать Россия для защиты своих национальных интересов?
а) Обеспечивать конфронтацию.
б) Поддерживать новую гонку вооружений.
в) Проводить рациональную и прагматичную внешнюю политику.
10. Где можно узнать о направлениях государственной политики по обеспечению национальной безопасности?
а) В «Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.».
б) В Конституции РФ.
в) В Уголовном кодексе РФ.
11. Что призвано стать мобилизующим фактором развития национальной экономики, улучшения качества жизни населения, обеспечения политической стабильности в обществе?
а) Конституция РФ.
б) Федеральный закон «О противодействии терроризму».
в) Государственная политика в области национальной безопасности Российской Федерации.
12. Что из перечисленного не является оценкой состояния национальной безопасности?
а) Уровень обеспеченности ресурсами здравоохранения.
б) Уровень безработицы.
в) Количество стран-партнеров.
13. Из-за чего могут существенно сузится возможности поддержания глобальной и региональной стабильности?
а) При размещении в Европе элементов глобальной системы противоракетной обороны Соединённых Штатов Америки.
б) При увеличении уровня безработицы.
в) При уменьшении государственного долга США.

14. Чрезвычайная ситуация – это:
а) обеспечение эффективного управления миграционными процессами для устойчивого управления миграционными процессами для устойчивого социально-экономического и демографического развития страны, её национальной безопасности, геополитических интересов, прав и свобод человека и гражданина.
б) обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате возникновения техногенного источника, в результате которой нарушились нормальные условия жизнедеятельности людей, возникла угроза их жизни и здоровью, наносится материальный ущерб имуществу и окружающей природной среде;
в) система общественных отношений, складывающихся в соответствии с правовыми и техническими нормами при использовании объектов и предметов, представляющих повышенную опасность для общества, или при наступлении особых условий в связи с авариями, катастрофами либо другими чрезвычайными ситуациями.
15. Крупная авария, повлекшая за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей, либо уничтожению объектов, материальных ценностей в значительных размерах, а также приведшая к серьезному ущербу окружающей среды.
А) Чрезвычайная ситуация Б) Авария В) Катастрофа
16. Идеология насилия и практика воздействия на принятие решения органами государственной власти, органами местного самоуправления или международными организациями, связанные с устрашением насилия и иными формами противоправных насильственных действий
А) Террористический акт Б) Терроризм В) Террористическая деятельность
17. Данная функция семьи решает задачу передачи своим детям нравственных ценностей и норм, трудовых навыков, приобщения их к окружающему миру, жизни в обществе, общению с другими людьми
А) Воспитательная Б) Экономическая В) Досуговая
18. Существенное влияние на здоровье человека оказывают ряд факторов. Какой фактор имеет наибольший процент влияния.
А) Природно-климатические условия Б) Наследственность В) Образ жизни
19. Личная и общественная ценность, которая влияет на уровень духовного, физического и социального благополучия личности, общества и государства
А) ЗОЖ Б) Гигиена В) Здоровье
Ответы:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
а	г	в	а	а	а	а	а	в	а	в	в	а	б	в	б	а	в	в	

Государственная система обеспечения безопасности населения

Кроссворд по теме «Государственная система обеспечения безопасности населения»

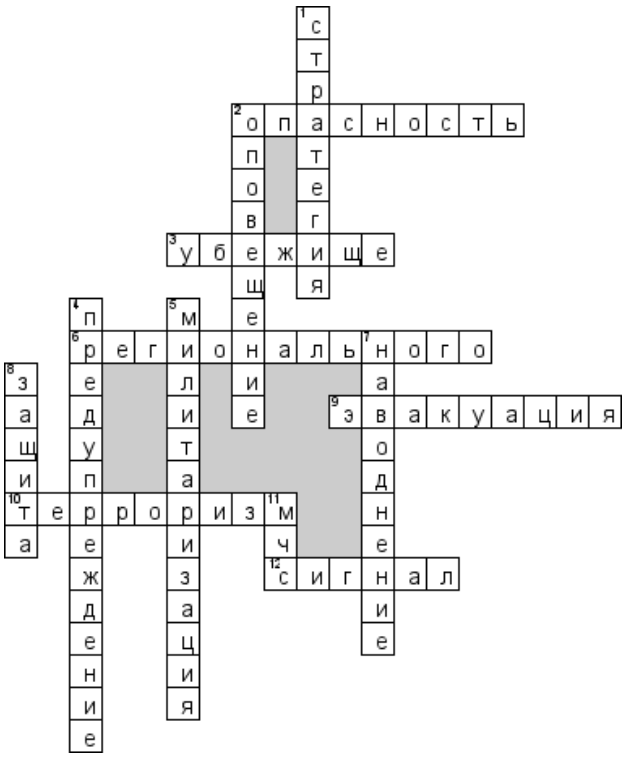


По горизонтали

2. Процесс, явление, объект, антропогенное воздействие или их комбинация, угрожающие здоровью и жизни человека, появляется в результате возникновения чрезвычайной ситуации.
3. Специальное сооружение, предназначенное для защиты людей от оружия массового поражения
6. ЧС этого характера не выходит за пределы территории одного субъекта, количество пострадавших составляет свыше 50.
9. Процесс организованного самостоятельного движения людей непосредственно наружу или в безопасную зону из помещений, в которых имеется возможность воздействия на людей опасных факторов пожара.
10. Чрезвычайная ситуация социального характера.
12. Подается для всего населения с целью привлечения внимания в случае возникновения чрезвычайной ситуации

По вертикали

1. Общий, недетализированный план, охватывающий длительный период времени, способ достижения сложной цели, позднее вообще какой-либо деятельности человека
2. Одно из основных направлений деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций
4. Чем является достаточно важная информация, предоставляемая заблаговременно с целью оказать корректирующее воздействие на события будущего
5. Подчинение экономической, политической и общественной жизни страны целям подготовки к войне
7. Наиболее распространенная природная опасность.
8. Предназначение Гражданской обороны, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий
11. (…) — федеральное министерство, одна из аварийно-спасательных служб России



Практические занятия

Практическая работа. Защита жизни и здоровья участников дорожного движения.
Цель:
- сформировать теоретическое обоснование о ПДД;
- развивать умения анализировать сложившуюся обстановку, научить правильно и своевременно реагировать на чрезвычайную ситуацию;
- воспитывать чувство ответственности, проявлять выдержку, устанавливать последовательность действий при сложившейся ситуации.
Выполнение работы:

1. Написать памятку «Безопасность пассажиров транспортного средства»
   - ✓ Ожидать автобус, троллейбус и трамвай можно только на посадочных площадках (на тротуарах, на обочине дороги).
   - ✓ Посадку в транспортное средство начинают только при полной его остановке, соблюдая очередность и не мешая другим пассажирам.
   - ✓ При посадке в трамвай, если трамвайные пути расположены посередине улицы и нужно пересечь проезжую часть дороги, необходимо посмотреть в обе стороны и, убедившись, что путь свободен, направиться к остановившемуся трамваю.
   - ✓ Войдя в салон транспортного средства, необходимо обратить внимание на то, где расположены запасные и аварийные выходы.
   - ✓ При отсутствии свободных мест для сидения, можно стоять в центре прохода, держась рукой за поручень или за специальное устройство.
   - ✓ Нельзя стоять у входной двери, а тем более опираться на нее, так как она в любой момент может открыться.
   - ✓ Передвигаться по салону в общественном транспорте рекомендуется только при его полной остановке.
2. Напишите правила движение пешехода по улице в сильный гололед
   - ✓ Перед выходом из дома следует подготовить обувь, чтобы повысить устойчивость при ходьбе в гололед (натереть подошву наждачной бумагой, приклеить на подошву изоляционную ленту, чтобы увеличить сцепление обуви с дорогой);
   - ✓ Из дома рекомендуется выходить с запасом времени, чтобы не спешить в пути.

- ✓ При ходьбе наступать на всю подошву, расслабив ноги в коленях, быть готовым к падению. Желательно, чтобы руки были свободны от сумок и прочих предметов.
- ✓ При падении напрячь мускулы рук и ног, при касании земли перекатиться на бок. Помните! Самое опасное падение —это падение на прямую спину и на расслабленные прямые руки.

3. Безопасность пешехода на дороге

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

4. Разобрать ситуации

Ситуация: Пожар в автомобиле. Пожар в автомобиле может возникнуть по многим причинам: замыкание в электропроводке, утечка в системе подачи топлива, небрежность при перевозке легковоспламеняющихся грузов, самовоспламенение хранящейся в машине промасленной ветоши, и др. Первыми признаками возможного возгорания и вероятного пожара, которые водитель не должен оставить без внимания, могут быть: струйки дыма из мест возгорания, информация водителей встречного или попутного транспорта. Пожары чаще всего возникают в моторном отсеке.

Ситуация: Затопление. Автомобильупал в воду по серьезной причине (уходил от лобового столкновения, провалился под воду и т.п.). Гибель водителя и пассажиров, оказавшихся под водой, чаще всего происходит из-за неправильных, панических действий. Многие пытаются открыть двери до затопления салона водой. Однако наружное давление воды мешает этому, что и парализует волю пострадавшего.

5. Викторина.

1. Что такое тротуар? (Дорога для движения пешеходов.)
2. Что такое зебра? (Разметка дороги, обозначающая пешеходный переход).
3. Кого называют пешеходом? (Человека вне транспорта, находящегося на дороге, но не работающего на ней.)
4. Как правильно обходить трамвай? (Спереди.)
5. Как правильно обходить автобус и троллейбус? (Сзади.)
6. Кого называют водителем? (Человека, управляющего каким-либо транспортным средством.)
7. Где следует ходить пешеходам? (По тротуарам, придерживаясь правой стороны.)
8. Где можно играть детям на улице? (В специально отведенных для игр местах.)
9. С какого возраста разрешается езда на велосипеде по дорогам? (С 14 лет.)
10. В каком возрасте можно получить удостоверение на право управления мотоциклом? (В 16 лет.)
11. По какому краю дороги должны идти пешеходы в тех местах, где нет тротуара? (По левому, навстречу движущемуся транспорту.)
12. Что такое железнодорожный переезд? (Место пересечения железной дороги с автомобильной.)
13. Можно ли детям садиться на переднее сиденье легкового автомобиля? (Можно, при достижении 12 лет.)
14. Разрешается ли водителю мопеда движение по пешеходным дорожкам? (не разрешается).
15. Кого мы называем "участниками дорожного движения"? (пешеходы, водители, пассажиры).
16. Можно ли велосипедисту ехать по дороге, если недалеко имеется велосипедная дорожка? (нет).
17. Какой дорожный знак устанавливают вблизи школ? (дети).
18. Какой поворот опаснее: левый или правый? (левый, так как движение правостороннее).

19. Как называется "зебра" на дороге? (пешеходный переход).
20. Являются ли пешеходами лица, выполняющие работу на дороге? (нет).
21. Какие сигналы подает светофор? (красный, желтый, зеленый).
22. Какой перекресток называют регулируемым? (тот, где есть светофор или регулировщик).
23. Кому должны подчиняться пешеходы и водители, если на перекрестке работают одновременно и светофор, и регулировщик? (регулировщику).
24. Зачем нужны стоп-сигналы на автомобиле? (чтобы другие участники дорожного движения могли видеть намерения водителя остановиться или притормозить).
25. Какой стороны нужно придерживаться, шагая по тротуару? (правой стороны).
26. Всегда ли пассажирам нужно пристегиваться ремнями безопасности? (да, всегда).
27. Как велосипедист должен информировать других участников движения о намерении остановиться? (поднять руку вверх).
28. Как следует перейти дорогу, если ты вышел из автобуса? (нельзя обходить транспорт ни спереди, ни сзади, нужно подождать, когда он уедет, и дорога будет просматриваться в обе стороны, а лучше отойти на безопасное расстояние, а если есть пешеходный переход, то переходить через дорогу следует по нему).
29. Можно ли переходить дорогу наискосок? (нет, потому что, во-первых, путь становится длиннее, а во-вторых, сложнее увидеть транспорт, который движется со стороны спины).
30. Какое положение регулировщика запрещает движение всем участникам движения? (рука поднята вверх).

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

Цель работы:

Ознакомиться с экстремальными факторами выживания. Изучить основные правила поведения в условиях вынужденной автономии. Привить чувство взаимовыручки, товарищества.

Ход работы

1 Изучить опорные понятия теоретического материала:

Что такое автономное существование?

Это существование одного человека или группы людей, волей случая оказавшихся в экстремальной ситуации, один на один с природой. Оно может быть добровольное (если в данной ситуации оказываются люди, профессии которых предполагают работу в природных условиях, например, геологи, нефтяники и т.п.) и вынужденное. Вокруг незнакомая, порой враждебная суровая природа. На что направить свои усилия, чтобы преодолеть трудности? Как продержаться до прихода помощи, сохранив жизнь и здоровье? А ведь это не просто, и не только потому, что запасы воды и пищи ограничены, но, главное, на человека в условиях автономного существования неблагоприятно воздействуют различные природные факторы, которые нередко оказываются экстремальными, т е. крайне сильными, вызывающими нарушение функциональной деятельности организма, ставя его на грань катастрофы. На воздействие различных раздражителей организм человека отвечает неспецифическими реакциями, направленными на сохранение гомеостаза: постоянства внутренней среды. Такие реакции называют стрессом. В условиях автономного существования эти изменения функциональной деятельности органов и систем постепенно усиливаются, но до определенного предела остаются обратимыми, т.е. возвращаются к норме после устранения воздействующих факторов. Этот период называется предельно допустимым сроком автономного существования.

Факторы выживания

Продолжительность предельно допустимого срока автономного существования зависит от многих причин: субъективных и объективных, называемых факторами выживания. Эти факторы условно можно разделить на три группы: антропологические, природно-средовые, материально-технические. Первая группа включает в себя состояние здоровья, резервные возможности организма, обеспечивающие сопротивляемость его воздействию жары, холода, лишениям и т.д., постоянство внутренней среды – гомеостаз. К ней относятся психологическая подготовленность, мотивация, волевые качества, активно-преобразовательная деятельность, от которой будет зависеть преобладание положительных или отрицательных эмоций. Важные элементы этой

группы – это обученность действиям в условиях автономного существования и воля к жизни. Вторую группу составляют факторы природной среды, оказывающие неблагоприятное влияние на организм человека: температура и влажность воздуха, солнечная радиация, ветер, пониженное барометрическое давление и др. К ней относятся физико-географические особенности района автономного существования: флора и фауна, водоисточники, фотопериодизм и прочее. Третья группа объединяет факторы, которые обеспечивают защиту человека от воздействия окружающей среды: одежда, аварийное снаряжение, а также подручные средства, используемые для строительства убежища, добывания огня, подачи сигналов и т.д

Психические реакции

Значительно осложняет автономное существование возникновение психических реакций, вызванных экстремальным воздействием, основу которых составляет страх. Реакция тревоги проявляется либо в пассивной форме – прекращение активной деятельности, своеобразной оцепенелости, невосприимчивости к происходящему, своеобразному параличу воли, либо в активной – панике, стремлению убежать от происходящих событий. У 12-25% наблюдаются истерические реакции. Они проявляются либо в резком двигательном возбуждении, слезах, порой в бессмысленных, неадекватных ситуации поступках, либо в глубоком стопоре – безразличии к происходящему, полной бездеятельности. Поскольку ряд факторов – холод, жара, голод, боль, уныние, страх – ведут к развитию стресса, их стали называть стрессорами.

Стрессоры возникают в результате взаимодействия человека с окружающей средой: тепловые и холодовые поражения, отравления, вызванные укусом ядовитых змей, паукообразных, насекомых, употреблением в пищу мяса некоторых рыб, моллюсков, ядовитых растений, контактами с ядовитыми растениями, заражением природно-очаговыми заболеваниями, горной болезнью и т.д.

Боль. Травмы, воспалительные процессы, воздействие высокой или низкой температуры, кислот, щелочей, и т.д. сопровождаются болью, которая представляет собой своеобразную защитную реакцию организма. Не случайно еще в древности боль называли « сторожевым псом» организма. И действительно, человек, лишенный болевой чувствительности, может получить тяжелые, порой смертельные повреждения, так как не сумеет своевременно устранить причину, угрожающую его здоровью. Но именно боль сможет помешать человеку бороться и адекватно действовать. Поэтому окажите первую медицинскую помощь пострадавшим.

Холод. Жара. Снижая физическую активность и работоспособность человека, температурные агрессоры оказывают воздействие на психику человека. Цепенеют не только мышцы, но и мозг, воля, без которых любая борьба обречена на поражение. Следовательно, нужно укрыться от холода, жары и ветра, защитить организм от переохлаждения или перегрева, в зависимости от местности и погодных условий. Голод. Человек может обходиться без пищи в течение продолжительного времени, сохраняя работоспособность, однако многодневное голодание ослабляет организм, снижает его устойчивость к воздействию холода, боли и т.д.

Жажда. Может нанести более серьезный вред организму человека, чем голод. Жажда, являясь нормальным сигналом о нехватке жидкости в организме, при невозможности удовлетворить ее из-за недостатка или отсутствия воды становится серьезной помехой для деятельности человека. Поэтому необходимо сразу установить дневную норму расхода воды и пищи, а неприкосновенный запас оставить на крайний случай. Организуйте поиск пищи и воды.

Переутомление. Это состояние организма, возникающее после длительного физического напряжения. Оно таит в себе потенциальную опасность, поскольку притупляется воля человека, делает его уступчивым к собственным слабостям. Избежать переутомления и быстро восстановить силы позволяет правильное распределение физических нагрузок, своевременный отдых, который всеми доступными средствами надо делать как можно полноценней.

Одиночество нередко оказывает сильнейшее воздействие на психику человека. «Полное одиночество невыносимо», утверждал бесстрашный Ален Бомбар, написавший «За бортом по своей воле». С одиночеством борются по-разному – читают вслух стихи, стараются вспомнить наиболее приятные моменты в жизни, обсуждают вслух свои планы и т.д. Стараются отвлечься активной физической работой по благоустройству жилища и т.д.

Паника. Одна из наиболее сильных эмоциональных форм, порожденных страхом. Слово «паника» происходит от имени древнего бога Пана, внушавшего людям и зверям непреодолимый ужас. Паника проявляется смятением и растерянностью. Человек в паническом состоянии всегда считает ситуацию смертельно опасной для жизни, утрачивает контроль над своими поступками. Остановить панику могут только решительные действия.

Шансы на выживание зависят от следующих факторов: Желание выжить. Умение применять имеющиеся знания и строго выполнять требования пребывания в той или иной местности. Уверенность Рассудительность и инициативность. Дисциплинированность Способность анализировать и учитывать свои ошибки. Выжить - значит решить важнейшие задачи: Любым способом ликвидировать панику. Проанализировать ситуацию и наметить пути выхода из нее. Обеспечить возможные условия выживания (суметь укрыться от холода, жары и ветра, защитить организм от переохлаждения или перегрева, установить дневную норму расхода воды, а неприкосновенный запас оставить на крайний случай, при необходимости принять решение на самостоятельный выход к населенным пунктам возникают задачи точного определения своего местонахождения, ориентирование на местности.) Главная задача автономного существования - выжить с наименьшими потерями.

Ориентирование

Ориентирование на местности – это определение своего положения относительно сторон горизонта и местных предметов. В зависимости от характера местности, наличия технических средств и видимости стороны горизонта можно определить по положению Солнца, Полярной звезды, по признакам местных предметов и др.

В северном полушарии направление не север можно определить, став в местный полдень спиной к Солнцу. Тень укажет направление на север, слева будет запад, справа – восток. Местный полдень определяют с помощью вертикального шеста длиной 0,5 – 1,0 м по наименьшему значению длины тени от него на поверхности Земли. Момент, когда тень была самой короткой по отметкам на Земле, соответствует прохождению Солнца через данный меридиан.

Определение сторон света с помощью часов: часы необходимо положить горизонтально и поворачивать их так, чтобы часовая стрелка указала на Солнце. Через центр циферблата мысленно проводится биссектриса угла, образовавшегося между этой линии и часовой стрелкой, показывает направление север-юг, причем юг до 12 часов находится справа от Солнца, а после 12 часов – слева.

В ночное время в северном полушарии направление на север можно определить с помощью Полярной звезды, расположенной примерно над Северным полюсом. Для этого необходимо найти созвездие Большой Медведицы с характерным расположением звезд в виде ковша с ручкой. Через крайние две звезды ковша проводится воображаемая линия, и на ней откладывается расстояние между этими звездами 5 раз. На конце пятого отрезка будет находиться яркая звезда – Полярная. Направление на нее будет соответствовать направлению на север.

Можно сориентироваться по некоторым природным признакам. Так, например, с северной стороны деревья имеют более грубую кору, покрытую лишайником и мхом у подножия, кора березы и сосны на северной стороне темнее, чем на южной, а стволы деревьев, камни или выступы скал гуще покрыты мхом и лишайниками. При оттепелях снег дольше сохраняется на северных склонах возвышенностей. Муравейники обычно чем-нибудь защищены с севера, их северная сторона более крутая. Грибы обычно растут с северной стороны деревьев. На поверхности ствола хвойных деревьев, обращенной на юг, выделяется больше смоляных капель, чем на северной. Особенно отчетливо эти признаки видны на стоящих отдельно деревьях. На южных склонах трава растет весной быстрее, а многие цветущие кустарники имеют больше цветов.

Как организовать ночлег

Организация ночевки – дело трудоемкое. Сначала необходимо подыскать подходящий участок. В первую очередь оно должно быть сухим. Во-вторых, расположиться лучше всего поблизости от ручья, на открытом месте, чтобы всегда иметь под рукой запас воды.

Простейшее убежище от ветра и дождя изготовляют, связав отдельные элементы основы (рамы) тонкими корнями ели, ветвями ивы, тундровой березы. Естественные полости в обрывистом береге реки позволяют удобно расположиться на них так, чтобы место сна находилось между костром и вертикальной поверхностью (обрыв, скала), служащей отражателем тепла.

При подготовке места для сна вырывают две ямки – под бедро и под плечо. Можно заночевать на подстилке из елового лапника в глубокой яме, вырытой или оттаянной до земли большим костром. Здесь же, в яме, следует всю ночь поддерживать огонь в костре во избежание серьезной простуды.

В зимней тайге, где толщина снежного покрова значительна, легче устроить убежище в яме у дерева. В сильный мороз можно построить простейшую снежную хижину в рыхлом снегу. Для этого снег сгребают в кучу, поверхность его уплотняют, поливают водой и дают замерзнуть.

Затем снег из кучи выгребают, а в оставшемся куполе проделывают маленькое отверстие для дымохода. Разведенный внутри костер оплавляет стены и делает прочной всю конструкцию. Такая хижина сохраняет тепло. Нельзя забираться под одежду с головой, так как от дыхания материал отсыревает и промерзает. Лучше закрыть лицо предметами одежды, которые в последствии легко высушить. От горящего костра возможно скопление угарного газа и нужно позаботиться о постоянном притоке свежего воздуха к очагу горения.

Как добыть огонь

Костер в условиях автономного существования – это не только тепло, это сухая одежда и обувь, горячая вода и пища, защита от гнуса и отличный сигнал для поискового вертолета. И главное, костер – аккумулятор бодрости, энергии и активной деятельности.

Для получения огня надо воспользоваться огнивом, куском кремня. Огнивом может служить любой стальной предмет, в крайнем случае, тот же железный колчедан. Огонь высекают скользящими ударами по кремню так, чтобы искры попадали на трут – сухой мох, измельченные сухие листья, газета, вата, и т.п.

Огонь можно добывать трением. Для этой цели изготавливают лук, сверло и опору: лук – из мертвого ствола молодой березы или орешника толщиной 2 – 3 см и куска веревки в качестве тетивы; сверло – из сосновой палочки длиной 25 – 30 см, толщиной в карандаш, заостренный с одного конца; опору очищают от коры и высверливают ножом лунку глубиной 1 – 1,5 см. Сверло, обернув один раз тетивой, вставляют острым концом в лунку, вокруг которой укладывают трут. Затем, прижимая сверло ладонью левой руки, правой быстро двигают лук перпендикулярно к сверлу. Чтобы не повредить ладонь, между нею и сверлом кладут прокладку из куска ткани, коры дерева или надевают перчатку. Как только трут затлеет, его надо раздуть и положить в растопку, заготовленную заранее.

Чтобы достигнуть успеха, следует помнить о трех правилах: трут должен быть сухим, действовать надо в строгой последовательности и главное, проявить терпение и упорство.

Добывание пищи и воды

Человеку, оказавшемуся в условиях автономного существования, надо предпринимать самые энергичные меры для обеспечения себя питанием с помощью сбора съедобных дикорастущих растений, рыбалки, охоты, т.е. использовать все, что дает природа.

На территории нашей страны произрастает свыше 2000 растений, частично или полностью пригодных в пищу.

При сборе растительных даров надо соблюдать осторожность. Около 2% растений могут вызвать тяжелые, и даже смертельные отравления. Для предупреждения отравления необходимо различать такие ядовитые растения, как вороний глаз, волчье лыко, вех ядовитый (цикута), белена горькая и др. Пищевые отравления вызывают ядовитые вещества, содержащиеся в некоторых грибах: бледной поганке, мухоморе, ложном опенке, ложной лисичке и др.

От употребления незнакомых растений, ягод, грибов лучше воздержаться. При вынужденном использовании их в пищу рекомендуется съесть за один раз не более 1 – 2 г пищевой массы, при возможности запивая большим количеством воды (растительный яд, содержащийся в такой пропорции, не нанесет организму серьезного вреда). Подождать 1 –2 часа. Если нет признаков отравления (тошноты, рвоты, боли в животе, головокружения, расстройств кишечника), можно съесть дополнительно 10 – 15 г. Через сутки можно есть без ограничений.

Косвенным признаком съедобности растения могут служить: плоды, поклеванные птицами; множество косточек, обрывки кожуры у подножья плодовых деревьях; птичий помет на ветках, стволах; растения, обглоданные животными; плоды, обнаруженные в гнездах и норах. Незнакомые плоды, луковицы, клубни и т.п. желательно проварить. Варка уничтожает многие органические яды.

В условиях автономного существования **рыбалка**, пожалуй, наиболее доступный способ обеспечить себя питанием. Рыба обладает большей энергетической ценностью, чем растительные плоды, и менее трудоемко, чем охота.

Рыболовную снасть можно изготовить из подручных материалов: леску – из распущенных шнурков ботинок, нити, вытащенной из одежды, расплетенной веревки, крючки – из булавок, сережек, заколок от значков, «невидимок», а блесны – из металлических и перламутровых пуговиц, монет и т.п.

Мясо рыбы допустимо есть сырым, но лучше нарезать его на узкие полоски, высушить их на солнце, так оно станет вкуснее и дольше сохраниться. Во избежание отравления рыбой надо соблюдать определенные правила. Нельзя есть рыб, покрытых колючками, шипами, острыми

наростами, кожными язвами, рыб, не покрытых чешуей, лишенных боковых плавников, имеющих необычный вид и яркую окраску, кровоизлияния и опухоли внутренних органов. Нельзя есть несвежую рыбу – с жабрами, покрытыми слизью, с провалившимися глазами, дряблой кожей, с неприятным запахом, с грязной и легко отделяющейся чешуей, с мясом, легко отстающим от костей и особенно от позвоночника. Незнакомую и сомнительную рыбу лучше не есть. Не следует также употреблять рыбью икру, молоки, печень, т.к. они часто бывают ядовитыми.

Охота – наиболее предпочтительный, в зимнее время единственный способ обеспечить себя питанием. Но в отличие от рыбалки охота требует от человека достаточного умения, навыков, больших трудозатрат.

Мелких животных и птицу добывать сравнительно не трудно. Для этого можно использовать ловушки, силки, петли и другие приспособления.

Добытое мясо зверька, птицы поджаривают на примитивном вертеле. Мелких животных, птиц жарят на вертеле, не снимая шкурки и не ощипывая. После приготовления обуглившаяся шкурка удаляется, и тушка очищается от внутренности. Мясо более крупной дичи целесообразно после потрошения и очистки обжечь на сильном огне, а затем дожаривать на углях.

Реки, озера, ручьи, болота, скопление воды на отдельных участках почвы обеспечивают людей необходимым количеством жидкости для питья и приготовления пищи.

Воду из ключей и родников, горных и лесных речек и ручьев можно пить сырой. Но прежде чем утолить жажду водой из стоячих или слабопроточных водоемов, ее следует очистить от примесей и обеззаразить. Для очистки легко изготовить простейшие фильтры из нескольких слоев ткани или из пустой консервной банке, пробив в донышке 3 – 4 небольших отверстия, а затем заполнив песком. Можно выкопать неглубокую ямку в полуметре от края водоема, и она через некоторое время наполнится чистой, прозрачной водой.

Самый надежный **способ обеззараживания воды – кипячение**. В случае отсутствия посуды для кипячения подойдет примитивный короб из куска березовой коры при условии, что пламя будет касаться только той части, что наполнена водой. Можно вскипятить воду, опустив деревянными щипцами в берестяной короб нагретые камни.

Профилактика и лечение заболеваний

В условиях автономного существования, когда возможны самые разнообразные ранения, ушибы, ожоги, отравления, заболевания и т.п., знания приемов самопомощи особенно необходимо, ибо приходится рассчитывать на свои силы.

Для защиты от комаров, мошки необходимо смазывать открытые участки тела тонким слоем глины. Для отпугивания насекомых широко используют дымокуренные костры. Чтобы выгнать перед сном насекомых из шалаша, на толстый кусок коры накладывают горящие угли, а сверху прикрывают влажным мхом. Дымокурницу вносят в укрытие, держат там, пока оно не заполнится дымом, а затем хорошо проветривают и плотно закрывают вход. На ночь дымокурницу оставляют у входа с подветренной стороны, чтобы дым, отпугивая насекомых, не проникал в убежище.

Особую опасность в таежных районах представляет весенне-летний клещевой энцефалит. Поскольку заболевание передается клещом, очень важно вовремя обнаружить присосавшегося паразита. С этой целью следует не реже 2-х раз в день осматривать складки одежды и открытые участки тела. Нельзя отрывать присосавшегося клеща. Чтобы он отвалился, достаточно прижечь его точечным горящим углем. Оставшийся в ранке хоботок удаляется иглой, прокаленной на огне. Случайно раздавив клеща, ни в коем случае нельзя тереть глаза, прикасаться к слизистой носа, прежде чем руки не будут тщательно вымыты.

Во время переходов необходимо соблюдать осторожность, чтобы не наступить на змею. При неожиданной встрече со змеей необходимо остановиться, дать ей уползти и не преследовать ее. Если же змея проявляет агрессивность, немедленно нанести сильный удар по голове, а затем добить ее. При укусе ядовитой змеи необходимо тщательно отсосать яд (если во рту и на губах нет трещин) и выплюнуть его. Промыть рану и наложить повязку.

В лечении заболеваний следует широко использовать некоторые растения.

Кора ясеня оказывает противовоспалительное действие. Для этого следует снять кору с не очень молодой, но и не очень старой ветки и приложить сочной стороной к ранке. Хорошо помогают свежие толченые листья крапивы. Они способствуют свертыванию крови и стимулируют заживление ткани. Для этих же целей рану можно присыпать зеленовато-коричневой пыльцой зрелого гриба дождевика, туго зажимая порез вывернутой наизнанку бархатистой кожицей того же гриба.

Пух кипрея, камыш, льняную и конопляную паклю можно использовать как вату.

Жгучий красноватый сок медуницы может заменить йод. А белый мох используется в качестве перевязочного средства с дезинфицирующим действием. Свежий сок подорожника и полыни останавливает кровотечение и обеззараживает раны, обладает болеутоляющим и заживляющим действием. Незаменимо это средство и при сильных ушибах, растяжении связок, а так же при укусах ос и шмелей. Листья подорожника и полыни измельчают и прикладывают к ране.

Как подать сигнал бедствия

Костер остается одним из самых эффективных средств аварийной сигнализации. Чтобы своевременно подать сигнал поисковому вертолету, костер заготавливают заранее. Сухие ветви, стволы, мох и пр. складывают на открытых местах – поляне, вершине холма, просеке, иначе деревья будут задерживать дым и сигнал останется незамеченным. Чтобы столб дыма был гуще и чернее, в разгоревшийся костер подбрасывают свежую траву, зеленую листву деревьев, сырой мох и т.п. Костер поджигают тогда, когда вертолет или самолет появились в зоне видимости и отчетливо слышен шум работающих двигателей.

Внимание экипажа воздушного поискового судна можно привлечь также различными сигналами, демаскирующими местность: например, вытоптать в снегу геометрические фигуры, вырубить (выломать) кустарники, а если имеется ткань яркой расцветки, растянуть ее на открытом месте.

2. Задания:

Дать письменные ответы на поставленные вопросы.

1.1 Описать , что такое стресс?

1.2Описать группы факторов выживания.

1.3 Перечислите факторы (стрессоры) ,которые способствуют развитию стресса.

1.4 Какие существуют способы ориентирования? Перечислите их.

1.5Описать способы ориентирования по Солнцу, часам, Полярной звезде, компасу

1.6Опишите правила выбора места для ночлега. Какие места необходимо выбирать для устройства ночлега?

1.7. Опишите способы добычи огня , пищи и воды

1.8.Описать профилактику и лечение заболеваний

1.9Назовите факторы от которых зависит выживание в природной автономии

3.Сделать вывод.

Практическая работа: «Использование первичных средств пожаротушения»

Цель занятия: Закрепление знаний о мерах пожарной безопасности и правилах безопасного поведения при пожарах. Приобретение умений использования первичных средств пожаротушения.

Основные теоретические сведения:

Средства пожаротушения первичные - устройства, инструменты и материалы, предназначенные для локализации или тушения пожара на начальной стадии его развития (огнетушители, песок, войлок, кошма, асбестовое полотно, ведра, лопаты и др.).

К первичным средствам пожаротушения относятся:

1. огнетушители,
2. внутренние пожарные краны,
3. пожарные щиты,
4. пожарный инвентарь (ящики с песком, бочки с водой, пожарные ведра, совковые ведра, совковые лопаты, асбестовые полотна, войлок, кошма),
5. пожарный инструмент (багры, ломы, топоры, лестницы).

Использование первичных средств пожаротушения, немеханизированного пожарного инструмента и инвентаря для хозяйственных и прочих нужд, не связанных с тушением пожара, запрещается.

На объекте должно быть определено лицо, ответственное за приобретение, ремонт, сохранность и готовность к действию первичных средств пожаротушения. Учет проверки

наличия и состояния первичных средств пожаротушения следует вести в специальном журнале произвольной формы.

Классификация огнетушителей и требования к их содержанию

Огнетушители предназначаются для тушения очагов горения в начальной их стадии, а также для противопожарной защиты небольших сооружений, машин и механизмов.

Огнетушители бывают ручные и передвижные. К ручным огнетушителям относятся все их типы с объемом корпуса, вмещающим до 10 л заряда. Огнетушители с большим объемом заряда относятся к передвижным, их корпуса устанавливаются на специальные тележки.

Огнетушители различаются по конструкции и типу используемого огнетушащего средства.

В соответствии с применяемым огнетушащим средством огнетушители могут быть:

1. водные;
2. пенные (химические, химические воздушно-пенные, воздушно-пенные);
3. газовые (углекислотные, хладоновые, бромхладоновые);
4. порошковые.

Наибольшее распространение получили пенные, газовые и порошковые огнетушители. Водные огнетушители (ранцевой конструкции) применяются только в лесной отрасли и для подразделений разведки пожарной охраны и поэтому в данной Типовой инструкции не рассматриваются.

Огнетушители не допускается размещать вблизи отопительных и нагревательных приборов, а также в местах, не защищенных от действия солнечных лучей и атмосферных осадков. Запорная арматура огнетушителей (краны, клапаны, рукоятки, крышки горловин и т. п.) должна после зарядки пломбироваться, к ней должна прикрепляться бирка с указанием даты зарядки и лица, ее производившего. Регулярно огнетушители необходимо осматривать, очищать от грязи и пыли. Во время осмотров необходимо проверять состояние мембран и спрыска (пенные огнетушители), целостность пломбы и бирки. Огнетушители с неисправными узлами, глубокими вмятинами и коррозией на корпусе должны сниматься с эксплуатации. Огнетушители, использованные во время пожара, а также во время занятий персонала или добровольных пожарных формирований на объекте, необходимо в кратчайшие сроки убрать из помещений для последующей их зарядки.

Перед транспортировкой огнетушители необходимо упаковать таким образом, чтобы исключить удары корпуса о применять дополнительные меры по охлаждению нагретых элементов оборудования или строительных конструкций.

Порошковые огнетушители, установленные на транспортных средствах вне кабины или салона и подвергающиеся воздействию неблагоприятных климатических и (или) физических факторов, должны перезаряжаться не реже раза в год, остальные огнетушители, установленные на транспортных средствах, не реже одного раза в два года.

Углекислотные огнетушители с диффузором, создающим струю ОТВ в виде снежных хлопьев, как правило, применяют для тушения пожаров класса А; в виде газовой струи — для тушения пожаров класса Е.

Хладоновые огнетушители должны применяться в тех случаях, когда для эффективного тушения пожара необходимы огнетушащие составы, не повреждающие защищаемое оборудование и объекты (вычислительные центры, радиоэлектронная аппаратура, музейные экспонаты, архивы и т. д.).

Воздушно-пенные огнетушители применяют для тушения пожаров класса А (как правило, со стволом пены низкой кратности) и пожаров класса В. Не должны применяться для тушения оборудования, находящегося под электрическим напряжением, для тушения сильно нагретых или расплавленных веществ, а также веществ, вступающих с водой в химическую реакцию, которая сопровождается интенсивным выделением тепла и разбрызгиванием горючего.

Внутренние пожарные краны.

Пожарные краны внутреннего противопожарного водопровода должны быть укомплектованы рукавами и стволами. Пожарный рукав должен быть присоединен к крану и

стволу. Необходимо не реже одного раза в 6 месяцев производить перемотку льняных рукавов на новую складку. Пожарные краны следует устанавливать на высоте 1,35 м над полом помещения и размещать в шкафчиках, имеющих отверстия для проветривания, приспособленных для их опломбирования и визуального осмотра без вскрытия.

Пожарные шкафы комплектуются ПК с оборудованием, имеющим условные проходы 40, 50), и рукавами диаметром 51 мм., длина рукавов 20 м. Они должны располагаться в легкодоступных местах - у входов, в вестибюлях, коридорах. При этом их расположение не должно мешать эвакуации людей. Пожарный рукав следует хранить сухим, сложенным в “гармошку” или двойную скрутку, присоединенным к крану и стволу и не реже одного раза в шесть месяцев перекатывать. Пожарные краны должны размещаться во встроенных или навесных шкафчиках, имеющих отверстия для проветривания и приспособленных для опломбирования и визуального осмотра без их открывания. На дверцах пожарных шкафчиков с внешней стороны должны быть указаны после буквенного индекса “ПК” порядковый номер крана и номер телефона для вызова пожарной охраны. Проводить техническое обслуживание и проверять работоспособность пожарных кранов посредством пуска воды с регистрацией результатов проверки в специальном журнале необходимо не реже, чем через 6 месяцев. Пожарные краны должны постоянно находиться в исправном состоянии и быть доступными для использования.

ПОЖАРНЫЕ ЩИТЫ

Для размещения первичных средств пожаротушения, немеханизированного пожарного инструмента и инвентаря в зданиях, сооружениях, строениях и на территориях оборудуются пожарные щиты.

Пожарные щиты (стенды) и средства пожаротушения должны быть окрашены в красный цвет и иметь перечень всех средств.

На пожарных щитах необходимо указывать их порядковые номера и номер телефона для вызова пожарной охраны.

Пожарный щит может быть закрыт специальной рамой с металлической сеткой. Пожарные щиты должны быть опломбированы, открываться без особых усилий и иметь защиту огнетушителей от прямых солнечных лучей. За пожарными щитами (стендами) должен вестись надзор на предмет содержания инвентаря, находящегося на нем в исправном состоянии, укомплектованном согласно описи, своевременной окраски и замены после использования огнетушителей.

Бочки для хранения воды, устанавливаемые рядом с пожарным щитом, должны иметь объем не менее 0,2 куб. метра и комплектоваться ведрами.

Ящики для песка должны иметь объем 0,5 куб. метра и комплектоваться совковой лопатой. Конструкция ящика должна обеспечивать удобство извлечения песка и исключать попадание осадков. Ящики с песком, как правило, устанавливаются со щитами в помещениях или на открытых площадках, где возможен разлив легковоспламеняющихся или горючих жидкостей.

АСБЕСТОВОЕ ПОЛОТНО, ВОЙЛОК, КОШМА, ПЕСОК

Для тушения пожаров используется асбестовое полотно размером не менее 1х1м.

Тушение небольших пожаров асбестовым полотном, войлоком, кошмой должно производиться путем набрасывания полотна на горящую поверхность, изолируя ее от доступа воздуха. Асбестовые полотна могут быть использованы также для защиты ценного оборудования или материалов от действия огня при пожарах, для устройства экрана между очагом пожара и горючим материалом. Асбестовое полотно следует хранить свернутым в закрытом металлическом ящике. Войлок и кошма перед укладкой должны быть просушены (для предупреждения загнивания) и очищены от пыли, пропитаны огнезащитным составом. Проверка состояния и готовности асбестового полотна, войлока и кошмы должны производиться не реже 1 раза в 6 месяцев.

Песок следует использовать для тушения загораний и небольших очагов пожаров горючих жидкостей и ограничения растекания их. Тушение песком производить набрасыванием его на горящую поверхность, чем достигается механическое воздействие на пламя и его частичная изоляция. Песок должен быть постоянно сухим, без комков и

посторонних примесей. Весной и осенью песок необходимо перемешивать и удалять комки. Песок должен храниться в металлических ящиках вместимостью 0,5; 1,0; 3,0м3, укомплектованных совковой лопатой или большим совком. Конструкция ящика должна обеспечивать удобство извлечения песка и исключать попадания в него осадков.

ПОЖАРНЫЕ ТОПОРЫ, БАГРЫ И ДРУГОЙ ПОЖАРНЫЙ ИНСТРУМЕНТ

Пожарные топоры, багры и другой пожарный инструмент предназначены для вскрытия конструкций или растаскивания горящих материалов. Этот инвентарь навешивается на пожарных щитах.

Основные правила поведения при пожаре

1. Не паниковать, постараться быть собранным и внимательным.

2. Вызвать пожарную службу по телефону 01, с сотового телефона – 010, 112. Сообщить свою фамилию, точный адрес, этаж, сказать, что и где горит.

3. Если возможно сообщить о пожаре соседям.

4. Небольшое возгорание можно попытаться затушить подручными средствами, если в доме нет огнетушителя: кроме воды, которую необходимо во что-то набирать, подойдет мокрая ткань (простыни, полотенце), плотное одеяло, подойдут также песок, земля, если они есть в доме.

5. Не пытайтесь погасить сильный пожар самостоятельно, старайтесь быстрее покинуть помещение.

6. Нельзя прятаться под кровать, в шкафы, в ванную комнату, нужно постараться покинуть в квартиру.

7. Дым не менее опасен, чем огонь. Если в помещении дым, нужно закрыть нос и рот влажным платком или шарфом, лечь на пол и ползком пробираться к выходу – внизу дыма меньше.

8. Если произошло возгорание в бытовом электроприборе, нужно попытаться выдернуть вилку из розетки или обесточить через электрощит.

9. Если загорелся телевизор, его необходимо обесточить, накрыть плотной тканью, если он продолжает гореть, можно попробовать залить воду, через отверстие в задней стенке, только при этом, в целях безопасности, нужно стоять сбоку, так как экран может взорваться.

10. Если пожаром охвачена одна из комнат, нужно плотно закрыть дверь горящей комнаты и постараться уплотнить дверь, смоченными в воде тряпками, там, где есть щели, чтобы не проходил дым.

11. Если горит соседняя квартира, и в тамбуре, и на лестничной площадке огонь, и нет возможности выхода по лестнице на улицу, необходимо уплотнить входную дверь в квартиру и поливать ее водой до приезда пожарной бригады.

12. Если придется пробираться через помещение, охваченное огнем, нужно облить себя водой, намочить одеяло или покрывало, накрыться им, набрать в легкие воздуха, постараться задержать дыхание и как можно быстрее преодолеть опасное место.

13. Если нет возможности выбраться из горящей квартиры, надо выйти на балкон, плотно закрыв за собой дверь. Лучше не спускаться с балкона с помощью простыней или веревок – это очень опасно.

14. Во время пожара в подъезде лифт может отключиться, поэтому пользоваться им нельзя ни в коем случае.

Задания

Задание 1. Дать определение первичным средствам пожаротушения.

Задание 2. Заполнить таблицу, данные взять из теоретических сведений:

Таблица 1 – Средства пожаротушения первичные, их назначение.

Наименование средства	Назначение

Задание 3. Используя теоретический материал «Основные правила поведения при пожаре» составить памятку в виде схемы.

Устойчивость производств в условиях ЧС

1) Какие внутренние факторы влияют на устойчивость работы организации?
а) количество и суммарная мощность трансформаторов;
б) наличие водопровода и системы канализации;
в) благосостояние людей, работающих в организации;
г) размер и характер объекта, выпускаемая продукция, применяемые техлогии, компетентность и дисциплина персонала.
2) Что является пределом устойчивости управления организацией?
а) время, в течение которого бесперебойно обеспечивается оповещение, связь, охрана;
б) количество руководящих работников по управлению организацией в Ч.С.;
в) наличие планов и графиков по повышению устойчивости организации;
г) создание специальной комиссии по устойчивости организации.
3) Каким способом повысить устойчивость систем энергоснабжения организации?
а) проложение линий электропередач под полом;
б) подключение энергоснабжения к одному источнику питания;
в) установка автоматических выключателей;
г) создание запасов топлива.
4) К каким мероприятиям относится прогнозирование последствий Ч.С. на предприятии?
а) организационным; в) специальным;
б) инженерно – техническим; г) иным другим.
5) Какие внешние факторы влияют на устойчивость работы организации?
а) удобные подъездные пути;
б) метеорологические особенности региона нахождения организации;
в) регион размещения организации и социально- экономическая ситуация в этом регионе;
г) размер заработной платы работников организации.
6) По каким параметрам проводится оценка устойчивости организации в условиях радиоактивного заражения?
а) количество средств индивидуальной защиты;
б) наличие средств коллективной защиты;
в) определение уровня радиации на территории организации и дозы облучения персонала;
г) снижение работоспособности персонала.
7) Каким способом можно повысить устойчивость технологического процесса на предприятии?
а) сократить количество оборудования;
б) сократить количество работающего персонала;
в) обеспечить запас выпускаемой продукции;
г) размещение производства в отдельных филиалах, замена сложных технологических процессов на более простые.
8) К каким мероприятиям относится герметизация складов?
а) организационным; в) специальным;
б) инженерно-техническим; г) иным другим.
9) Что понимается под устойчивостью функционирования организаций?
а) способность организации работать в мирное время;
б) способность организации продолжать работу в условиях Ч.С.;
в) способность организации к быстрому восстановлению материальных потерь;
г) способность организации противостоять воздействию поражающих факторов с целью поддержания выпуска продукции в запланированном объеме, ограничению угрозы жизни и здоровью персонала, а также материального ущерба этой организации.
10) По каким параметрам определяется предел психоэмоциональной устойчивости организации?

а) наличие должного количества психологов в организации;
б) психоэмоциональный шок, паническое настроение и стабилизация самочувствия работников организации;
в) адаптация человека к условиям Ч.С.;
г) достаточное количество медикаментов.
11) Кто осуществляет общее руководство по исследованию устойчивости организации?
а) директор; в) рабочая группа по исследованию;
б) главный инженер; г) начальник штаба Г.О.
12) Где создается комиссия по устойчивости работы организации?
а) в Министерстве; в) в муниципальном округе;
б) в префектуре; г) в самой организации.
13) Что понимается под повышением устойчивости функционирования организации?
а) комплекс мероприятий по укреплению стен зданий и сооружений;
б) значительное повышение объемов выпускаемой продукции;
в) комплекс мероприятий по предотвращению и снижению угрозы жизни, а также подготовке к проведению спасательных работ;
г) комплекс мероприятий по повышению морально – психологической устойчивости коллектива организации.
14) По каким параметрам определяется оценка устойчивости организации при возникновении Ч.С. химического характера?
+а) наличие средств индивидуальной защиты;
+б) наличие средств коллективной защиты;
-в) снижение уровня работоспособности персонала;
+г) определение времени, в течение которого территория организации будет опасна для пребывания людей, выявление пороговой токсической

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
г	а	ав	а	бв	абв	аг	б	бвг	бв	а	г	в	абг

Основы медицинских знаний

1.Здоровье по определению ВОЗ:
а) состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов;
б) это состояние морального, психического и физического благополучия, которое даёт человеку возможность стойко переносить любые жизненные невзгоды;
в) это состояние любого живого организма, при котором он в целом и все его органы способны полностью выполнять свои функции; то есть отсутствие недуга, болезни.
2. Болезни делятся на:
а) инфекционные и неинфекционные; в) заразные и незаразные;
б) карантинные и некарантинные; г) смешанные.
3. Какой из представленных факторов в большей степени оказывает влияние на здоровье человека:
а) наследственность; в) уровень медицинского обслуживания;
б) экология; г) образ жизни.
4. Выберите 3 лишних ответа. Здоровый образ жизни заключается в…:
а) оптимальное соотношение труда и отдыха;
б) чрезмерной физической активности;
в) отказе от вредных привычек;
г) исключении из рациона питания продуктов животного происхождения;
д) закаливании и соблюдении правил гигиены;
е) низкой интеллектуальной активности;

ж) позитивном мышлении;
з) безопасном поведении.
5. Высшая степень массового заражения людей инфекционными заболеваниями, характеризующаяся их распространением на страны и даже континенты:
а. Пандемия; б. Эпидемия; в. Эпизоотия; г. Эпифитотия.
6. К какому виду инфекций относится туберкулёз:
а. Контактно-бытовые; б. Инфекции дыхательных путей; в. Кишечные инфекции.
7. Какие пути заражения характерны для ВИЧ-инфекций:
а) воздушно-капельный; в) контактно-бытовой;
б) гемоконтактный; г) водный и пищевой
8. При эпидемии инфекционного заболевания наиболее важным, надёжным и безопасным методом профилактики является:
а) соблюдение правил личной гигиены;
б) укрепление индивидуального и общественного здоровья;
в) вакцинация;
г) ведение здорового образа жизни.
9. Какие из перечисленных групп заболеваний НЕ относятся к неинфекционным:
а) сердечно-сосудистые; г) заболевания, передающиеся половым
б) онкологические; путём
в) заболевания дыхательных путей;
10.Основные неинфекционные заболевания:
а. Инсульт; б. Холера в. Грипп; г. Онкология.

Ключ к модулю «Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи»

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
а	а	г	гез	а	б	б	в	а	аг

Тест «Первая доврачебная помощь»

Повязки, шины, жгут.

1.Какую повязку следует наложить при повреждении пальца?
А) Крестообразную Б) Спиральную В) Пращевидную
2.Транспортная шина, какой она должна быть?
А) С возможностью фиксации только места перелома
Б) С возможностью фиксации места перелома и обездвиживания двух смежных суставов
В) С возможностью фиксации перелома и обездвиживания ближайшего сустава
3.Основные правила наложения транспортной шины при переломе костей голени:
А) Наложить 2 шины с внутренней и наружной сторон ноги от стопы до коленного сустава и прибинтовать их
Б) Наложить 2 шины с внутренней и наружной сторон ноги от стопы до середины бедра, чтобы обездвижить место перелома, коленный и голеностопный суставы
4.На какой максимальный срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут в летнее время?
А) На 30 мин Б) На 60 мин В) На 120 мин
5.На какой максимальный срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут в зимнее время?
А) На 30 мин Б) На 60 мин В) На 120 мин
6.Основные правила наложения транспортной шины при переломе бедренной кости в нижней трети.
А) Наложить одну шину от стопы до середины бедра

Б) Наложить две шины, одну от стопы до подмышечной впадины, другую - от стопы до паха
В) Наложить две шины, от стопы до конца бедра
7.Как производится наложение кровоостанавливающего жгута на конечность?
А) Жгут накладывают на 10-15см ниже места повреждения, конечность фиксируется повязкой.
Б) Жгут накладывается на 10-15см выше места повреждения на подкладочный материал.
В) жгут накладывается на 10-15см выше места повреждения непосредственно на кожу.
8.С какой целью к кровоостанавливающему жгуту прикрепляется записка?
А) В записке необходимо указать место аварии и фамилию лица, наложившего жгут.
Б) Указываются повреждения, обнаруженные у пострадавшего
В) Указывается время наложения жгута.
9.Какая повязка накладывается при повреждении лба?
А) спиральная
Б) шапочка или пращевидная
В) бинт накладывается на лоб и фиксируется пластырем

1	2	3	4	5	6	7	8	9
б	б	б	в	б	б	б	в	б

Переломы, раны, ушибы.

1.Первая медицинская помощь при открытом переломе:
А) Осуществить правильную иммобилизацию конечности, наложить на рану стерильную повязку, дать обезболивающее средство и организовать транспортировку пострадавшего в лечебное учреждение
Б) Погрузить обнаженные костные отломки в рану, наложить на рану стерильную повязку и пузырь со льдом, дать обезболивающее средство и обеспечить покой конечности
В) Концы сломанных костей совместить, наложить стерильную повязку на рану, осуществить иммобилизацию конечности
2.Признаки закрытого перелома костей конечностей:
А) Сильная боль, припухлость мягких тканей и деформация конечности
Б) Конечность деформирована, поврежден кожный покров, видны осколки костей
В) Синяки и ссадины на коже
3.Как правильно обработать рану?
А) Промыть водой, удалить инородные предметы, обработать поверхность раны настойкой йода.
Б) Обработать кожу вокруг раны настойкой йода, накрыть рану стерильной марлей и наложить бинтовую повязку.
В) Промыть рану, залить спиртом или настойкой йода, наложить бинтовую повязку.
4.Как оказать первую помощь при ушибе?
А) Наложить холодный компресс, обеспечить ушибленному органу покой.
Б) Наложить согревающий компресс.
В) Осторожно растереть травмированный участок, наложить повязку.
5.Как поступить при обнаружении в ране мелких инородных предметов?
А) Промыть рану водой, удалить пальцами инородные предметы, обработать рану настойкой йода.
Б) Обернуть пальцы стерильной марлей и собрать мелкие инородные предметы.
В) Нельзя собирать мелкие инородные предметы с поверхности раны.
6.Как правильно надеть рубашку на пострадавшего при ранении руки?
А) Одежду одевают на обе руки одновременно
Б) Одежду одевают сначала на больную руку, затем на здоровую
В) Одежду одевают сначала на здоровую руку, затем на больную

7.Как правильно снять рубашку с пострадавшего при ранении руки?
А) Снять одежду с больной руки, затем со здоровой.
Б) Снять одежду со здоровой руки, затем с больной.
В) Снять одежду с обеих рук одновременно.
8.Как транспортировать пострадавшего с переломами рёбер или грудины?
А) Лежа на животе
Б) Лежа на спине
В) Сидя или в полусидячем положении.
9. Что следует сделать для оказания первой помощи пострадавшему при повреждении позвоночника?
А) Уложить пострадавшего на спину на мягкую поверхность
Б) Уложить пострадавшего на спину на твердую ровную поверхность
В) Уложить пострадавшего на живот, голову повернуть набок
10.В каких случаях транспортировка пострадавшего осуществляется сидя?
А) Повреждения верхних конечностей и органов брюшной полости
Б) Перелом ключицы, перелом ребер
В) Травмы груди.
11. Что следует сделать для оказания первой помощи пострадавшему при переломе ключицы?
А) Наложить 2 шины на плечо.
Б) подвесить руку на косынке.
В) подвесить руку, согнутую под прямым углом, на косынке и прибинтовать её к туловищу.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
а	а	б	а	в	б	б	в	б	б	в

Кровотечения.

1.Чем характеризуется капиллярное кровотечение?
А) Кровь из раны вытекает пульсирующей струей, имеет ярко – алую окраску
Б) Кровь из раны вытекает непрерывно, сплошной струей темно – красного цвета
В) Кровь из раны вытекает редкими каплями или медленно расплывающимся пятном
2.Чем характеризуется венозное кровотечение?
А) Кровь из раны вытекает пульсирующей струей, имеет ярко – алую окраску
Б) Кровь из раны вытекает непрерывно, сплошной струей темно – красного цвета
В) Кровь из раны вытекает редкими каплями или медленно расплывающимся пятном
3.Чем характеризуется артериальное кровотечение?
А) Кровь из раны вытекает пульсирующей струей, имеет ярко – алую окраску
Б) Кровь из раны вытекает непрерывно, сплошной струей темно – красного цвета
В) Кровь из раны вытекает редкими каплями или медленно расплывающимся пятном
4.Какое кровотечение считается наиболее опасным?
А) Капиллярное Б) Венозное В) Артериальное
5.Правильный способ остановки капиллярного кровотечения:
А) Наложение на конечность жгута
Б) Наложение на рану давящей повязки
В) Резкое сгибание конечности в суставе
6.Правильный способ остановки артериального кровотечения:
А) Наложение жгута выше раны или сгибание конечности в суставе
Б) Наложение на рану давящей повязки
В) Наложение жгута ниже раны
7.Правильный способ остановки венозного кровотечения:
А) Наложить давящую повязку на место ранения
Б) Наложить жгут выше места ранения

В) Наложить жгут ниже места ранения

8. При носовом кровотечении у пострадавшего необходимо:

А) Уложить пострадавшего на спину, вызвать врача

Б) придать пострадавшему положение полусидя, запрокинуть ему голову назад, обеспечить охлаждение переносицы

В) придать пострадавшему положение полусидя, голову наклонить вперёд, обеспечить охлаждение переносицы

1	2	3	4	5	6	7	8
в	б	а	в	б	а	а	в

Потеря сознания, остановка сердца.

1.Начинать сердечно-легочную реанимацию следует только при:

А) Потере человеком сознания независимо от наличия пульса

Б) Потере человеком сознания при отсутствии пульса на сонной артерии

2.Пострадавший находится без сознания, дыхание и пульс отсутствуют. Ваши действия?

А) Вызвать «03» и ждать прибытия скорой помощи.

Б) Вызвать «03», делать искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

3.При потере сознания и понижении артериального давления без кровотечения необходимо:

А) Положить пострадавшего так, чтобы его голова и ноги были на одном уровне, дать обезболивающее

Б) Положить пострадавшего так, чтобы его голова была выше уровня ног, дать успокоительное

В) Положить пострадавшего так, чтобы его ноги были выше уровня головы

4.Что необходимо предпринять при остановке сердца?

А) Провести массаж сердца.

Б) Провести массаж сердца одновременно с искусственным дыханием.

В) Провести искусственное дыхание.

5.Массаж сердца проводится:

А) На верхней части грудины.

Б) На границе средней и нижней трети грудины.

В) На грудной клетке с левой стороны.

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

А) Усадить пострадавшего

Б) Уложить пострадавшего и приподнять голову

В) Уложить пострадавшего и приподнять ноги

1	2	3	4	5	6
б	б	в	б	б	в

Практическое занятия: «Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях».

Цель:

1. Ознакомить с видами кровотечений.

2. Ознакомить с приемами остановки кровотечений и правилами наложение жгута при ранениях различного характера.

Задание: Изучить виды кровотечений. Заполнить таблицу:

Вид кровотечения	Необходимые мероприятия

Задание: Изучить дополнительный материал, составить краткие ответы на контрольные вопросы.

1.Назовите признаки артериального кровотечения, в чем отличия артериального кровотечения от венозного?

2.Полно сформулируйте главные правила остановки кровотечения при венозном и артериальном кровотечении.

3. Почему время наложения жгута ограничено?

4. Назовите главные правила наложения жгута.

5. В чем опасность артериального кровотечения?

Обеспечение здорового образа жизни

Задания: выбрать правильный ответ.

1.Наиболее важным слагаемым здорового образа жизни является:

а) двигательный режим; в) личная и общественная гигиена;

б) рациональное питание; г) закаливание организма.

2. Умственную работу следует прерывать физкультурными паузами через каждые:

а) 25 – 30 мин; в) 55 – 60 мин;

б) 40 – 45 мин; г) 70 – 75 мин.

3. Какие элементы включает в себя здоровый образ жизни:

а) активный отдых; закаливание организма; раздельное питание; гигиена труда; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений;

б) двигательный режим; закаливание организма; рациональное питание; гигиена труда и отдыха; личная и общественная гигиена; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношении;

в) двигательный режим; молочное питание; гигиена труда и отдыха; личная и общественная гигиена; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений;

г) двигательный режим; закаливание организма; вегетарианское питание; гигиена тела; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений

4. Укажите последовательно, от каких факторов, прежде всего, зависит здоровье человека:

1) деятельность учреждений здравоохранения;

2) наследственности;

3) состояние окружающей среды;

4) условия и образ жизни.

а) 1, 2, 3, 4; в) 4, 3, 2, 1;

б) 2, 4, 1, 3; г) 3, 1, 4, 2.

5. Работа мышц благотворно действует, прежде всего:

а) в целом на весь организм;

б) преимущественно на суставы;

в) на соединительно-тканные структуры опорно-двигательного аппарата;

г) преимущественно на нервные «стволы», иннервирующие мышцы.

6. Абу-Али ИбнСина (Авицена) в книге «Канон врачебной науки» в главе «Сохранение здоровья» указал, что главным для сохранения здоровья является:

а) режим сна; в) спортивный режим;

б) режим питания; г) двигательный режим.

7. Установите последовательность действий первой помощи при ранах –

1) ввести противостолбнячную сыворотку;

2) доставить пострадавшего в лечебное учреждение;

3) обработать края раны перекисью водорода;

4) остановить кровотечение;

5) поднять поврежденную часть тела выше туловища:

а) 1, 2, 3, 4, 5. в) 2, 3, 4, 4, 1.
б) 4, 3, 5, 2, 1. г) 5, 4, 2, 1, 3.
8. Укажите уровень частоты сердечных сокращений у здорового человека:
а) 60 – 80 уд. /мин.; в) 80 – 85 уд. /мин.;
б) 72 – 80 уд. /мин; г) 85 – 90 уд. /мин
9. Признаки наркотического отравления:
а) повышение мышечного тонуса, сужение зрачков, ослабление их реакции на свет, покраснение кожи;
б) тошнота и рвота, головокружение, кровотечение из носа, кашель, насморк;
в) горечь во рту, беспричинный смех, пожелтение кожи.
10. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности, все школьники распределяются на следующие медицинские группы:
а) основную, подготовительную, специальную;
б) слабую, среднюю, сильную;
в) без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья;
г) оздоровительную, физкультурную, спортивную.
11. Для предупреждения развития плоскостопия надо соблюдать следующие профилактические меры:
а) не носить слишком тесную обувь, обувь на высоком каблуке или на плоской подошве;
б) для уменьшения деформации свода стопы пользоваться супинаторами, постоянно выполнять корригирующие упражнения, укрепляющие мышцы стопы и голени;
в) выполнять общеразвивающие упражнения, упражнения для нижних конечностей;
г) все перечисленные.
12. С какой целью планируют режим дня:
а) с целью организации рационального режима питания;
б) с целью четкой организации текущих дел, их выполнения в установленные сроки;
в) с целью высвобождения времени на отдых и снятия нервных напряжений;
г) с целью поддержания высокого уровня работоспособности организма.
13. Оздоровительный эффект в занятиях с учащимися подросткового возраста достигается с помощью:
а) упражнений аэробной направленности средней и большой интенсивности;
б) изменения количества повторений одного и того же упражнения;
в) проведения занятий на обычной, увеличенной и уменьшенной площади;
г) упражнений с интенсивностью выше порога анаэробного обмена.
14. Группа, которая состоит из учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья, при которых противопоказаны повышенные физические нагрузки, называется:
а) специальной медицинской группой;
б) оздоровительной медицинской группой;
в) группой лечебной физической культуры;
г) группой здоровья.
15. При проведении закаливающих процедур нужно придерживаться основных принципов закаливания. Определите, какие?
1. принципа систематичности, 4. принципа активности,
2. принципа разнообразности, 5. принципа индивидуальности:
3. принципа постепенности,
а) 2, 4, 5; в) 3, 4, 5;
б) 1, 2, 4; г) 1, 3, 5.
16. Выполнение физических упражнений оказывает существенное влияние:
а) на рост волос, рост
б) на дыхание, сердцебиение, лабильность нервной системы, осанку, на нарушение обмена веществ в организме;
в) на внешнее дыхание, вентиляция воздуха в легких, на обмен в легких кислорода и

углекислоты между и воздухом и кровью, на использование кислорода тканями организма;
г) на внешнее дыхание, вентиляция воздуха в легких, на нарушение обмена веществ в организме, конституцию организма.
17. К основным типам телосложения относятся:
а) недостаточный, достаточный, большой;
б) легкий, средний, тяжелый;
в) астенический, нормастенический, гиперстенический;
г) астенический, суперстенический, мегастенический.
18. Группа, которая состоит из учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья, при которых противопоказаны повышенные физические нагрузки, называется:
а) специальной медицинской группой;
б) оздоровительной медицинской группой;
в) группой лечебной физической культуры;
г) группой здоровья.
19. Что понимается под закаливанием:
а) купание в холодной воде и хождение босиком;
б) сочетание воздушных и солнечных ванн с гимнастикой и подвижными играми;
в) укрепление здоровья;
г) приспособление организма к воздействию внешней среды.
20. Чем регламентируются гигиенические нормы и требования:
а) распоряжением директора школы;
б) специальными санитарно-гигиеническими правилами (нормами) -СанПИН;
в) инструкцией учителя физической культуры (тренера);
г) учебной программой.

Ответы:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
А	А	Б	В	А	Г	Б	Б	А	А
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Г	Г	А	А	Г	В	В	А	Г	Б

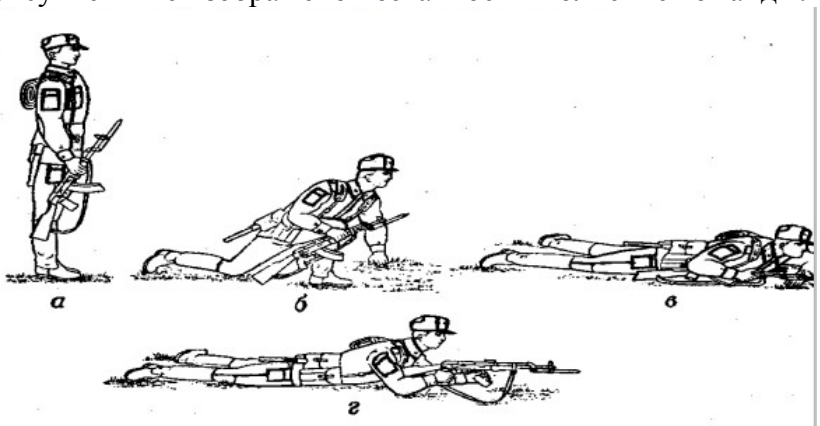
Критерии оценки:
Оценка «5» - 18-20 правильных ответов
Оценка «4» - 14-17 правильных ответов
Оценка «3» - 10-13 правильных ответа
Оценка «2» - меньше 9 правильных ответов.

Основы военной службы

1. Каким федеральным законом определяется порядок прохождения службы?
а) Выберите один вариант ответа:
б) Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе».
в) Федеральным законом «О воинской обязанности»
г) Федеральным законом «О военной службе»
2. Воинская обязанность:
а) установленный законом почетный долг граждан с оружием в руках защищать свое Отечество, нести службу в рядах Вооруженных Сил, проходить вневойсковую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности
б) система знаний о подготовке и ведении военных действий
в) особый вид государственной службы, исполняемой в Вооруженных Силах, других войсках, органах и воинских формированиях

3. Профессиональный психологический отбор граждан, призываемых на военную службу, осуществляется с целью:
а) обеспечения соответствия индивидуально-психологических качеств граждан, призываемых на военную службу, современным требованиям в ВС РФ
б) определения качества освоения дополнительных образовательных программ по военной подготовке
в) определения индивидуального физического развития призывников, так как с первых дней военной службы они испытывают значительные нагрузки
4. Заключение по результатам медицинского освидетельствования о категории годности к военной службе, обозначенное буквой «Б», соответствует формулировке:
а) временно не годен к военной службе
б) годен к военной службе с незначительными ограничениями
в) не годен к военной службе
5. Какой день считается началом военной службы? Выберите один вариант ответа:
а) День прибытия в военный комиссариат субъекта Российской Федерации.
б) День убытия из дома к месту прохождения службы.
в) День убытия из военного комиссариата субъекта Российской Федерации к месту прохождения службы.
6. Что такое Военная присяга? Выберите один вариант ответа:
а) Это торжественная клятва воина на верность Родине.
б) Это торжественная просьба воина.
в) Это торжественное напутствие воина.
7. Уставы Вооруженных Сил РФ — это.... Выберите один вариант ответа:
а) Свод норм воинской службы.
б) Свод норм и законов воинской службы.
в) Свод законов воинской службы.
8. К уставам Вооруженных Сил РФ относятся.... Выберите один вариант ответа:
а) Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ.
б) Положения Наставления по строевой подготовке.
в) Положения Наставления по огневой подготовке.
9. Для чего предназначена внутренняя служба? Выберите один вариант ответа:
а) Для поддержания в воинской части воинской дисциплины.
б) Для поддержания в воинской части внутреннего порядка и воинской дисциплины, обеспечивающей постоянную боевую готовность личного состава, организованное выполнение им задач в повседневной деятельности.
в) Для организованного выполнения боевых задач в повседневной деятельности.
10 Что такое бой? Выберите один вариант ответа:
а) Это организованное вооруженное столкновение подразделений и частей воюющих сторон.
б) Это организованное вооруженное столкновение.
в) Это встреча воюющих сторон.
11. Мерой ответственности, установленной государством за нарушение воинской дисциплины является:
А. Административный штраф. В. Уголовное наказание.
Б. Дисциплинарное взыскание. Г. Предупреждение
12. Воинская дисциплина обязывает каждого военнослужащего:
А. Следить за здоровьем в подразделении.
Б. Быть верным военной присяге.
В. Не пользоваться средствами связи для личных целей.
Г. Следить за чистотой на территории воинской части.
13. Огневая подготовка имеет целью обучить стрелка:
А. Прицельной стрельбе.

Б. Стрельбе в движении.
В. Самостоятельному ведению огня в сложной обстановке.
Г. Стрельбе по движущейся цели.
14. При выходе подразделения по тревоге на учения или занятия в книге выдачи оружия и боеприпасов расписывается:
А. Командир взвода или его заместитель.
Б. Дежурный по роте.
В. Командир воинской части.
Г. Заместитель командира воинской части по тылу.
15. На рисунке ниже изображено поэтапное выполнение команды:



А. В укрытие (к бою).
Б. Переползти.
В. Перебежать.
Г. Ложись (к бою).
16. Строевая подготовка имеет целью выработку:
А. Дисциплины.
Б. Выносливости.
В. Исполнительности.
Г. Отзывчивости.
17. Стрелковое оружие хранится в отдельной комнате с дверью:
А. Из пуленепробиваемого стекла.
Б. Из пластика.
В. Из дерева.
Г. Из металла, решетчатой
18. Длина строевого шага в движении должна быть:
А. 80-90 см.. Б. 65-75 см. В. 55-60 см. Г. 60-70 см.
19. Произвести оценку стрельбы значит:
А. Определить количество попаданий.
Б. Определить количество промахов.
В. Определить действительность стрельбы.
Г. Определить кучность стрельбы
20. Одним из способов передвижения солдата в бою в пешем порядке является:
А. Переползание.
Б. Перебежка мелким шагом.
В. Переход гусиным шагом.
Г. Переход медленным шагом.
21. Что такое строй?
а) Установленное уставом размещение военнослужащих для их совместных действий в пешем порядке.
б) Установленное уставом размещение подразделений и воинских частей для их совместных действий в пешем порядке и на боевой технике.
в) Установленное уставом размещение военнослужащих, подразделений и воинских частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.
г) Установленное приказом размещение военнослужащих для их совместных действий на машинах.
22. Как называется строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии?
а) Ряд. б) Шеренга. в) Колонна. г) Фронт.
23. Как называется сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом?

а) Фронт. б) Фланг. в) Линия. г) Передовая.

24. Фронт – это…

а) Фронт — правая (левая) оконечность строя.

б) Фронт — торона противоположная тылу.

в) Фронт – сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом.

Ответы:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
б	**а**	**а**	**б**	**в**	**а**	**в**	**а**	**б**	**а**	**б**	**б**	**в**	**а**	**г**	**б**	**г**	**г**	**в**	**а**	**в**	**б**	**а**	**в**

25. Составить таблицу с указанием видов ВС, родов войск, их предназначения и вооружения.

№	Виды ВС	Рода войск	Предназначение	Вооружение

26. Используя различные источники информации заполнить таблицу:

Этапы развития ВС России

Период	Способ комплектования армии	Призывной возраст	Срок службы

Этапы развития ВС России.

Период	Способ комплектования армии	Призывной возраст	Срок службы
С IX по XIV века	Княжеские дружины Народное ополчение	Не ограничен	По мере необходимости
XV – XVI вв.	Дворянское ополчение Постоянное стрелецкое войско	С 15 лет	Пожизненно
Начало XVIII - Середина XIX вв.	Постоянная армия на основе Рекрутского набора	С 15 до 32 лет	Солдаты пожизненно, дворяне – 25 лет
Вторая половина XIX - начало XX века	Всеобщая воинская повинность	С 20 лет	Пехота – 6 лет и 9 лет в запасе, флот – 7 лет и 3 года в запасе
Начало XXI века	Могут перечислить реформы современной армии		

Практическое занятие: «Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции».

Цель: проверка качества, полноты и систематичности знаний по теме: «Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Тренинг бесконфликтного общения и саморегуляции».

ТЕСТ ДЛЯ САМООЦЕНКИ КОЛЛЕКТИВА

Инструкция. *Ваш коллектив обладает особенностями, которые Вы можете оценить по предлагаемой шкале: «0» – «никто»; «1» – «почти никто»; «2» – «меньшинство»; «3» – «половина»; «4» – «большинство»; «5» – «почти все»; «6» – «все».*

№	Предлагаемые утверждения	Варианты ответов						
		0	1	2	3	4	5	6
1	Свои слова подтверждают делом							
2	Осуждают проявления индивидуализма							
3	Имеют сходные убеждения							
4	Радуются успехам друг друга							
5	Оказывают помощь новичкам и членам других коллективов							
6	Умело взаимодействуют друг с другом в работе							
7	Знают задачи, стоящие перед коллективом							
8	Требовательны друг к другу							
9	Все вопросы решают сообща							
10	Едины в оценках проблем, стоящих перед коллективом							
11	Доверяют друг другу							
12	Делятся опытом работы с новичками и с членами других коллективов							
13	Бесконфликтно распределяют обязанности между собой							
14	Знают итоги работы коллектива							
15	Никогда и ни в чем не ошибаются							
16	Объективно оценивают свои успехи и неудачи							
17	Личные интересы подчиняют интересам коллектива							
18	Одному и тому же посвящают свой досуг							
19	Защищают интересы друг друга							
20	Учитывают интересы новых членов коллектива и представителей других коллективов							
21	Взаимно заменяют друг друга							
22	Знают положительные и отрицательные стороны в работе своего коллектива							
23	Работают с полной отдачей над решением стоящих перед коллективом задач							
24	Не остаются равнодушными, если задеты интересы коллектива							
25	Одинаково оценивают справедливость распределения обязанностей							
26	Помогают друг другу							
27	Предъявляют одинаково справедливые требования как к молодым, так и к опытным членам коллектива							
28	Самостоятельно выявляют и исправляют недостатки в работе							
29	Знают правила поведения в коллективе							
30	Никогда ни в чем не сомневаются							
31	Не бросают начатое дело на полпути							
32	Отстаивают принятые в коллективе нормы поведения							
33	Одинаково оценивают успехи коллектива							
34	Искренне огорчаются при неудачах							
35	Одинаково объективно оценивают работу как молодых, так и опытных членов коллектива							

№	Предлагаемые утверждения	Варианты ответов						
		0	1	2	3	4	5	6
36	Быстро разрешают конфликты и противоречия, возникающие в процессе взаимодействия друг с другом при решении общеколлективных задач							
37	Хорошо знают свои обязанности							
38	Сознательно подчиняются дисциплине							
39	Верят в свой коллектив							
40	Одинаково оценивают неудачи коллектива							
41	Тактично ведут себя в отношении друг друга							
42	Не подчеркивают своих преимуществ перед новичками и членами других коллективов							
43	Быстро находят между собой общий язык							
44	Хорошо знают приемы и методы совместной работы							
45	Всегда во всем правы							
46	Общественные интересы ставят выше личных							
47	Поддерживают полезные для коллектива начинания							
48	Имеют одинаковые представления о нормах нравственности							
49	Доброжелательно относятся друг к другу							
50	Тактично ведут себя по отношению к новичкам и членам других коллективов							
51	Если потребуется, способны взять на себя инициативу в решении задач, стоящих перед коллективом							
52	Хорошо знают работу товарищей по коллективу							
53	По-хозяйски относятся к общественному добру							
54	Поддерживают сложившиеся в коллективе традиции							
55	Дают одинаковые оценки качествам личности, необходимым для члена коллектива							
56	Уважают друг друга							
57	Тесно сотрудничают с новичками и членами других коллективов							
58	Принимают на себя обязанности других членов коллектива при необходимости							
59	Знают черты характера друг друга							
60	Все умеют делать							
61	Ответственно выполняют любую работу							
62	Оказывают активное сопротивление силам, разобщающим коллектив							
63	Одинаково оценивают правильность распределения поощрений							
64	Поддерживают друг друга в трудные минуты							
65	Радуются успехам новичков и членов других коллективов							
66	Действуют слаженно и организованно в сложных ситуациях							
67	Хорошо знают привычки и склонности друг друга							
68	Активно участвуют в общественной работе							
69	Постоянно заботятся об успехах коллектива							

№	Предлагаемые утверждения	Варианты ответов						
		0	1	2	3	4	5	6
70	Одинаково оценивают справедливость наказания							
71	Внимательно относятся друг к другу							
72	Искренне огорчаются при неудачах новичков и членов других коллективов							
73	Быстро находят такое распределение обязанностей, которое устраивает всех							
74	Хорошо знают, как обстоят дела друг у друга							
75	Всегда и все знают							

Обработка результатов:

- «Ответственность»: 1, 8, 16, 23, 31, 38, 46, 53, 61, 68.
- «Коллективизм»: 2, 9, 17, 24, 32, 39, 47, 54, 62, 69.
- «Сплоченность»: 3, 10, 18, 25, 33, 40, 48, 55, 63, 70.
- «Контактность»: 4, 11, 19, 26, 34, 41, 49, 56, 64, 71.
- «Открытость»: 5, 12, 20, 27, 35, 42, 50, 57, 65, 72.
- «Организованность»: 6, 13, 21, 28, 36, 43, 51, 58, 66, 73.
- «Информированность»: 7, 14, 22, 29, 37, 44, 52, 59, 67, 74.

Критерии оценивания:

Данный тест проводится без оценивания, для обучения методики тестирования коллектива.

3. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Внимательно читайте задания, не торопитесь с выбором ответа. Задания со звездочкой (*) - повышенного уровня сложности, к ним приступайте по возможности.

1. Раздел медицины, изучающий влияние условий жизни и труда на здоровье человека и разрабатывающий меры (санитарные нормы и правила), направленные на предупреждение заболеваний, обеспечение оптимальных условий существования, укрепление здоровья и продление жизни – это…?

А) Десмургия Б) Гигиена В) Дерматология Г) Паразитология

2. По направлению тока крови кровотечения бывают

А) Наружными и внутренними

Б) Венозными и капиллярными

В) Паренхиматозным и смешанным

3. Категория годности к военной службе «В», означает?

А) Годен к военной службе с ограничениями

Б) Ограниченно годен к военной службе

В) Временно не годен к военной службе

Г) Не годен к военной службе

4. Призыв граждан Российской Федерации на военную службу осуществляют на основании:

А) Приказа министра обороны Российской Федерации;

Б) Постановления Правительства Российской Федерации;

В) Указа Президента Российской Федерации.

5. Военную службу граждане исполняют:

А) Только в Вооруженных Силах РФ;

Б) В Вооруженных Силах РФ, пограничных войсках Федеральной пограничной службы РФ и войсках гражданской обороны;

В) В Вооруженных Силах РФ, других войсках органах и формированиях.

6. В какой статье Конституции Российской Федерации говорится, что «Защита Отечества является долгом и обязанностью гражданина Российской Федерации».

А) 42 статья Б) 50 статья В) 59 статья

7. Федеральный закон, который определяет права, свободы, обязанности и ответственность военнослужащих, основы государственной политики по правовой и социальной защите военнослужащих, граждан уволенных с военной службы и членов их семей.

А) О статусе военнослужащих

Б) О воинской обязанности и военной службе

В) Об обороне

8. Призыву на военную службу подлежат граждане мужского пола в возрасте:

А) от 17 до 28 лет Б) от 18 до 27 лет В) от 18 до 25 лет

9. Основными документами Международного гуманитарного права являются четыре женевские конвенции, когда они были приняты?

А) 10 мая 1945 г. Б) 12 августа 1949 г.

В) 6 июня 1953 г. Г) 15 сентября 1961

10. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации создается из числа граждан:

А) Уволенных с военной службы

Б) Не проходивших военную службу

В) Прошедших альтернативную гражданскую службу

11. К причинам возникновения инсульта относится:

А) Блокирование кровеносного сосуда сгустком крови

Б) Пороки сердца

В) Нарушение ритма сердечной деятельности
Г) Мозговое кровотечение
Д) Инфаркт миокарда

12. Какие функции выполняет кожа человека? Выберите правильные ответы:

А) Оберегает организм от проникновения патогенных микроорганизмов;
Б) Защищает организм от воздействия социальных факторов среды обитания;
В) Регулирует температуру тела;
Г) Дает возможность чувствовать боль, тепло, холод;
Д) Насыщает кровь кислородом.

13. Расположите в правильном порядке алгоритм оказания первой помощи при вывихах: А) Доставить пострадавшего в лечебное учреждение
Б) Наложить тугую повязку и зафиксировать сустав
В) Обеспечить покой поврежденной поверхности
Г) Дать пострадавшему обезболивающее средство

14. Как правильно оказать первую медицинскую помощь при острой сердечной недостаточности? Разместите приведенные ниже действия в правильном порядке:

А) Обложить пострадавшего грелками;
Б) Дать пострадавшему валидол, нитроглицерин или корвалол.
В) Вызвать скорую помощь;
Г) Побрызгать на лицо и шею пострадавшего прохладной водой и дать ему понюхать ватку, смоченную нашатырным спиртом;
Д) Придать пострадавшему удобное полусидячее положение в постели и обеспечит приток свежего воздуха.

15. Из приведенных задач выберите те, которые являются задачами в области гражданской обороны:

А) эвакуация населения, материальных и культурных ценностей в безопасные районы;
Б) эвакуация раненых с места военных действий в безопасные районы;
В) тушение пожаров в жилых и общественных зданиях в мирное время;
Г) борьба с пожарами, возникающими при ведении военных действий;
Д) санитарная обработка населения, специальная обработка техники, обеззараживание зданий и сооружений;
Е) строительство фортификационных сооружений в военное время;
Ж) руководство коммунальными службами в мирное и военное время;
З) восстановление функционирования необходимых коммунальных служб в военное время;
И) принятие мер по организации медицинского обслуживания населения;
К) проведение мероприятий по светомаскировке.

16. Как правильно оказать первую медицинскую помощь при большой открытой ране? Разместите приведенные ниже действия в правильном порядке:

А) Положить пострадавшего на спину;
Б) Края раны обработайте йодом или зеленкой;
В) Загрязненную рану промыть перекисью водорода;
Г) Доставить пострадавшего в лечебное заведение;
Д) Наложить давящую повязку;
Е) Наложить на рану стерильную повязку и плотно прижать ее к ране;
Ж) Приподнять поврежденную конечность выше уровня сердца;
З) Остановить кровотечение и наложить жгут выше раны;
И) Следить за состоянием пострадавшего, при необходимости дать ему обезболивающее.

17. Дайте определение понятия «кровотечение».

18. К чрезвычайным ситуациям социального характера относятся:

19. Дайте определение понятия «воинский учет».

20. Назовите три основных вида воинской деятельности.
21. Назовите главные общие требования, предъявляемые воинской деятельностью к каждому военнослужащему.
22. В каких случаях гражданин может выбрать альтернативную гражданскую службу
23. Какие условия закреплены в контракте о прохождении военной службы?
24. Перечислите, что включает в себя воинская обязанность:
25. Перечислите основные гигиенические правила ухода за зубами и полостью рта:
26. Дайте определение понятия «Семья».
27. Перечислите факторы, влияющие на психологическую совместимость супругов.
28. Перечислите способы передачи СПИДа.
29. Перечислите признаки наружного артериального кровотечения.
30. Напишите алгоритм вызова экстренных служб по телефону.
31*. Дайте определение понятия международного гуманитарного права.
32*. Перечислите основные направления обеспечения национальной безопасности.

Ключ с ответами для проверки

№	ответы	баллы
1	Б	1
2	А	1
3	Б	1
4	В	1
5	В	1
6	В	1
7	А	1
8	Б	1
9	Б	1
10	А, В	2
11	А, Г	2
12	А, В, Г	3
13	В, Б, Г, А	4
14	Д, Г, А, Б, В	5
15	А, Г, Д, З, К	5
16	З, А, Б, В, Е, Д, Ж, И, Г	9
17	Истечение крови из кровеносных сосудов при нарушении целостности их стенок.	2
18	Войны; локальные и региональные конфликты; голод; крупные забастовки; массовые беспорядки, погромы, поджоги, терроризм.	2
19	Составная часть воинской обязанности граждан Российской Федерации – заключается в специальном учете всех призывников и военнообязанных по месту жительства.	2

20	Боевая, учебно-боевая повседневная	3
21	Боевое мастерство Дисциплинированность Психологическая подготовка	3
22	несение военной службы противоречит его убеждениям или вероисповеданию; он относится к коренному малочисленному народу, ведет традиционный образ жизни, осуществляет традиционное хозяйствование и занимается традиционными промыслами	2
23	Срок службы; Исполнение должностных и специальных обязанностей; Соблюдение прав гражданина и прав членов его семьи, включая получение льгот, гарантий и компенсаций.	3
24	Воинский учет; Обязательную подготовку к военной службе; Призыв на военную службу; Прохождение военной службы; Пребывание в запасе; Призыв на военные сборы и их прохождение.	6
25	Ешьте больше такой пищи, которая укрепляет зубы и десна, и меньше такой, которая ведет к их ослаблению; Избегайте жирной, вязкой и образующей кислотой пищи; Чистить зубы 2 раза в день, полоскать рот после каждого приема пищи; Посещать зубного врача 2 – 3 раза в год; Заменять зубную щетку 1 раз в 2 – 3 месяца.	5
26	Выработавшаяся за многие века форма объединения людей мужского и женского пола в интересах создания нормальных условий для их повседневной жизнедеятельности, сохранения здоровья, рождения и воспитания детей, передачи жизненного опыта, осуществления преемственности поколений.	2
27	Совместимость индивидуально-психологических характеристик; Согласованность функционально-половых ожиданий; Ценностно-идеологическая совместимость.	3
28	При половом контакте с инфицированным человеком; Через недостаточно простерилизованные медицинские инструменты, чаще всего иглы; При переливании инфицированной крови; У инфицированных беременных женщин вирус может передаваться плоду через плаценту.	4
29	Быстрое пульсирующее кровотечение; Сильная боль в поврежденной части тела; Кровь ярко-красного цвета; Кровь фонтанирует из раны; Слабость.	5
30	1) причина вызова 2) своѐ имя и фамилию 3) номер телефона и адрес 4) не вешать трубку до конца разговора	4
31 *	Совокупность норм, основанных на принципах гуманности и направленных на ограничение средств и методов ведения войны и на защиту жертв вооруженных конфликтов.	2
32 *	оборона страны; государственная и общественная безопасность; повышение качества жизни российских граждан; экономический рост; наука, технологии и образование, здравоохранение, культура; обеспечение экологической безопасности рациональное природопользование;	6
ИТОГО		93

Отметка	*Набранные баллы*
«5»	80-93
«4»	56-79
«3»	33-55
«2»	2-32
«1»	0-1

Критерии отметки:

Отметка	Обобщенная оценка компетенции (2-5 баллов)
5 (отлично)	Студент умеет связывать теорию с практикой, применять полученный практический опыт, анализировать, делать выводы, принимать самостоятельные решения в конкретной ситуации, высказывать и обосновывать свои суждения.
4 (хорошо)	Студент показывает хорошее знание материала. Умеет аргументировать свои выводы и принимать самостоятельные решения, но допускает отдельные неточности, как по содержанию, так и по умениям, навыкам работы с теоретической и практической частями.
3 (удовлетворительно)	Студент дает удовлетворительные ответы на вопросы, но делает выводы в условиях конкретной ситуационной задачи. Излагает решение проблемы недостаточно полно, непоследовательно, допускает неточности. Затрудняется доказательно обосновывать свои суждения. Допускает ошибки в практической части.
2 (неудовлетворительно)	Студент не раскрыл содержание поставленного вопроса, не привел необходимые примеры. Не смог применить теоретические знания на практике. Допускает ошибки при ответе, в работе с практическим заданием, неуверенно обосновывает полученные результаты. Материал излагается бессистемно, недостаточно грамотно.