

**Приложение ППСЗ по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике 2022-2023
уч.г.: Комплект контрольно-оценочных средств учебного предмета ОУП.08 основы безопасности
жизнедеятельности**

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АЛЕКСЕЕВСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**

**Комплект
контрольно-оценочных средств**

по учебному предмету

ОУП.08 Основы безопасности жизнедеятельности

для специальности

38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 38.02.03 операционная деятельность в логистике

Составитель:

Федосова Н.Б., преподаватель ОГАПОУ «Алексеевский колледж»

1. Паспорт комплекта оценочных средств

1.1 Область применения комплекта оценочных средств

Контрольно-оценочные средства (КОС) предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебного предмета ОУП.08 Основы безопасности жизнедеятельности.

КОС включают контрольные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачета.

КОС разработан на основании рабочей программы учебного предмета ОУП.08 Основы безопасности жизнедеятельности.

1.2 Цели и задачи учебного предмета – требования к результатам освоения учебного предмета:

Целью реализации рабочей программы является освоение содержания предмета Основы безопасности жизнедеятельности и формирование у выпускника культуры безопасности жизнедеятельности в современном мире, получение им начальных знаний в области обороны и начальная индивидуальная подготовка по основам военной службы в соответствии с требованиями, предъявляемыми ФГОС СОО.

Главными задачами реализации программы являются:

- сформированность экологического мышления, навыков здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни, понимание рисков и угроз современного мира;
- знание правил и владение навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- владение умением сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях, а также навыками оказания первой помощи пострадавшим;
- умение действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- формирование морально-психологических и физических качеств гражданина, необходимых для прохождения военной службы;
- воспитание патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и ее Вооруженным Силам;
- изучение гражданами основных положений законодательства Российской Федерации в области обороны государства, воинской обязанности и военной службы;
- приобретение навыков в области гражданской обороны;
- изучение основ безопасности военной службы, основ огневой, индивидуальной тактической и строевой подготовки, сохранения здоровья в период прохождения военной службы и элементов медицинской подготовки, вопросов радиационной, химической и биологической защиты войск и населения.

Планируемые метапредметные результаты освоения рабочей программы представлены тремя группами универсальных учебных действий:

1. Регулятивные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

MP 1 - самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;

MP 2 - оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;

MP 3 - ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

MP 4 - оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;

MP 5 - выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;

MP 6 - организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;

MP 7 - сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

2. Познавательные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

MP 8 - искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;

MP 9 - критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;

MP 10 - использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;

MP 11 - находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;

MP 12 - выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;

MP 13 - выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;

MP 14 - менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

3. Коммуникативные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

MP 15 - осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;

MP 16 - при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);

MP 17 - координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;

MP 18 - развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;

MP 19 - распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

Планируемые предметные результаты освоения рабочей программы:

В результате освоения учебного предмета выпускник на базовом уровне научится:

Основы комплексной безопасности

ПРб1 - комментировать назначение основных нормативных правовых актов, определяющих правила и безопасность дорожного движения;

ПРб2 - использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;

ПРб3 - оперировать основными понятиями в области безопасности дорожного движения;

ПРб4 - объяснять назначение предметов экипировки для обеспечения безопасности при управлении двухколесным транспортным средством;

ПРб5 - действовать согласно указанию на дорожных знаках;

ПРб6 - пользоваться официальными источниками для получения информации в области безопасности дорожного движения;

ПРб7 - прогнозировать и оценивать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира или водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для сохранения жизни и здоровья (своих и окружающих людей);

ПРб8 - составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);

ПРб9 - комментировать назначение нормативных правовых актов в области охраны окружающей среды;

ПРб10 - использовать основные нормативные правовые акты в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;

ПР611 - оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;

ПР612 - распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания;

ПР613 - описывать факторы экориска, объяснять, как снизить последствия их воздействия;

ПР614 - определять, какие средства индивидуальной защиты необходимо использовать в зависимости от поражающего фактора при ухудшении экологической обстановки;

ПР615 - опознавать организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, для обращения в случае необходимости;

ПР616 - опознавать, для чего применяются и используются экологические знаки;

ПР617 - пользоваться официальными источниками для получения информации об экологической безопасности и охране окружающей среды;

ПР618 - прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;

ПР619 - составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;

ПР620 - распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных хобби;

ПР621 - соблюдать правила безопасности в увлечениях, не противоречащих законодательству РФ;

ПР622 - использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за противоправные действия и асоциальное поведение во время занятий хобби;

ПР623 - пользоваться официальными источниками для получения информации о рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежными хобби;

ПР624 - прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время занятий современными молодежными хобби;

ПР625 - применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби;

ПР626 - распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте, и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;

ПР627 - использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте;

ПР628 - пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях по обеспечению безопасности на транспорте;

ПР629 - прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на транспорте;

ПР630 - составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.

Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций

ПР631 - комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;

ПР632 - использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;

ПР633 - раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;

ПР634 - приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;

ПР635 - приводить примеры потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, характерных для региона проживания, и опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;

ПР636 - объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;

ПР637 - использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;

ПР638 - действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации;

ПР639 - вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;

ПР640 - прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;

ПР641 - пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;

ПР642 - составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации

ПР643 - Характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;

ПР644 - объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотизма;

ПР645 - оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;

ПР646 - раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;

ПР647 - объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму;

ПР648 - комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;

ПР649 - описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;

ПР650 - пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;

ПР651 - использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;

ПР652 - распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;

ПР653 - распознавать симптомы употребления наркотических средств;

ПР654 - описывать способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств;

ПР655 - использовать официальные сайты ФСБ России, Министерства юстиции Российской Федерации для ознакомления с перечнем организаций, запрещенных в Российской Федерации в связи с экстремистской и террористической деятельностью;

ПР656 - описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;

ПР657 - описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции;

ПР658 - составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

Основы здорового образа жизни

ПР659 - Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области здорового образа жизни;

ПР660 - использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;

ПР661 - оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;

ПР662 - описывать факторы здорового образа жизни;

ПР663 - объяснять преимущества здорового образа жизни;

ПР664 - объяснять значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;

ПР665 - описывать основные факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека;

ПР666 - раскрывать сущность репродуктивного здоровья;

ПР667 - распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;

ПР668 - пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровье, здоровом образе жизни, сохранении и укреплении репродуктивного здоровья.

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

ПР669 - комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области оказания первой помощи;

ПР670 - использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;

ПР671 - оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;

ПР672 - отличать первую помощь от медицинской помощи;

ПР673 - распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию;

ПР674 - оказывать первую помощь при неотложных состояниях;

ПР675 - вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;

ПР676 - выполнять переноску (транспортировку) пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;

ПР677 - действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского и санитарного назначения;

ПР678 - составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;

ПР679 - комментировать назначение основных нормативных правовых актов в сфере санитарно-эпидемиологическом благополучия населения;

ПР680 - использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;

ПР681 - оперировать понятием "инфекционные болезни" для определения отличия инфекционных заболеваний от неинфекционных заболеваний и особо опасных инфекционных заболеваний;

ПР682 - классифицировать основные инфекционные болезни;

ПР683 - определять меры, направленные на предупреждение возникновения и распространения инфекционных заболеваний;

ПР684 - действовать в порядке и по правилам поведения в случае возникновения эпидемиологического или бактериологического очага.

Основы обороны государства

ПР685 - комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области обороны государства;

ПР686 - характеризовать состояние и тенденции развития современного мира и России;

ПР687 - описывать национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты;

ПР688 - приводить примеры факторов и источников угроз национальной безопасности, оказывающих негативное влияние на национальные интересы России;

ПР689 - приводить примеры основных внешних и внутренних опасностей;

ПР690 - раскрывать основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности;

ПР691 - разъяснять основные направления обеспечения национальной безопасности и обороны РФ;

ПР692 - оперировать основными понятиями в области обороны государства;

ПР693 - раскрывать основы и организацию обороны РФ;

ПР694 - раскрывать предназначение и использование ВС РФ в области обороны;

ПР695 - объяснять направление военной политики РФ в современных условиях;

ПР696 - описывать предназначение и задачи Вооруженных Сил РФ, других войск, воинских формирований и органов в мирное и военное время;

ПР697 - характеризовать историю создания ВС РФ;

ПР698 - описывать структуру ВС РФ;

ПР699 - характеризовать виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи;

ПР6100 - распознавать символы ВС РФ;

ПР6101 - приводить примеры воинских традиций и ритуалов ВС РФ.

Правовые основы военной службы

ПР6102 - комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области воинской обязанности граждан и военной службы;

ПР6103 - использовать нормативные правовые акты для изучения и реализации своих прав и обязанностей до призыва, во время призыва, во время прохождения военной службы, во время увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

ПР6104 - оперировать основными понятиями в области воинской обязанности граждан и военной службы;

ПР6105 - раскрывать сущность военной службы и составляющие воинской обязанности гражданина РФ;

ПР6106 - характеризовать обязательную и добровольную подготовку к военной службе;

ПР6107 - раскрывать организацию воинского учета;

- ПРб108 - комментировать назначение Общевоинских уставов ВС РФ;
- ПРб109 - использовать Общевоинские уставы ВС РФ при подготовке к прохождению военной службы по призыву, контракту;
- ПРб110- описывать порядок и сроки прохождения службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
- ПРб111 - объяснять порядок назначения на воинскую должность, присвоения и лишения воинского звания;
- ПРб112 - различать военную форму одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ;
- ПРб113 - описывать основание увольнения с военной службы;
- ПРб114 - раскрывать предназначение запаса;
- ПРб115 - объяснять порядок зачисления и пребывания в запасе;
- ПРб116 - раскрывать предназначение мобилизационного резерва;
- ПРб117 - объяснять порядок заключения контракта и сроки пребывания в резерве.

Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:

Основы комплексной безопасности

ПРб118 - объяснять, как экологическая безопасность связана с национальной безопасностью и влияет на нее.

Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций

ПРб119 - Устанавливать и использовать мобильные приложения служб, обеспечивающих защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, для обеспечения личной безопасности.

Основы обороны государства

ПРб120 - объяснять основные задачи и направления развития, строительства, оснащения и модернизации ВС РФ;

ПРб121 - приводить примеры применения различных типов вооружения и военной техники в войнах и конфликтах различных исторических периодов, прослеживать их эволюцию.

Планируемые личностные результаты освоения рабочей программы

ЛР 1. Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.

ЛР 2. Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.

ЛР 3. Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением.

Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.

ЛР 5. Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.

ЛР 6. Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.

ЛР 7. Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.

ЛР 9. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

ЛР 10. Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.

1.3 Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке

Наименование тем	Коды умений (У), знаний (З), личностных результатов (ЛР), формированию которых способствует элемент программы	Средства контроля и оценки результатов обучения в рамках текущей аттестации (номер задания)	Средства контроля и оценки результатов обучения в рамках промежуточной аттестации (номер контрольного вопроса)
Раздел 1. Основы комплексной безопасности	ЛР2-3, ЛР9-10 МР1-3, МР6-7, МР10, МР12, МР16, МР18 ПР61-30	ПЗ №3,4,5,6 ТЗ вариант 1,2	КВ №1-15
Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций.	ЛР3, ЛР10 МР1-3, МР6-7, МР10, МР12, МР16, МР18 ПР631-42	ПЗ №3,4,6,8 ТЗ вариант 3,4 ТЗ вариант 5,6	КВ №16-29
Раздел 3. Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации.	ЛР2, ЛР9 МР1-3, МР6-7, МР10, МР12, МР16, МР18 ПР643-58	ПЗ №2,3 ТЗ вариант 3,4 ТЗ вариант 5,6	КВ №30-31
Раздел 4. Основы здорового образа жизни	ЛР 6, ЛР 7, ЛР 9 МР1-3, МР6-7, МР10, МР12, МР16, МР18 ПР659-68	ПЗ №1,7 ТЗ вариант 1,2	КВ №32,40
Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.	ЛР 6, ЛР 7, ЛР 9 МР1-3, МР6-7, МР10, МР12, МР16, МР18 ПР669-84	ТЗ вариант 13,14	КВ №41,50
Раздел 6. Основы обороны государства.	ЛР 1, ЛР 5 МР1-3, МР6-7, МР10, МР12, МР16, МР18 ПР685-101	ТЗ вариант 7,8,9,10	КВ №51,52
Раздел 7. Правовые основы военной службы.	ЛР 1 МР1-3, МР6-7, МР10, МР12, МР16, МР18	ТЗ вариант 9,10,11,12	КВ №33-39

2. Комплект оценочных средств для текущей аттестации

2.1. Тестовые задания

ВАРИАНТ 1

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

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

2. Сколько факторов определяют индивидуальное здоровье ?

- А) 1.
- Б) 3.
- В) 4.
- Г) 5.

3. Биологический фактор (наследственность) занимает?

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

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

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

5. Служба здоровья

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

6. Индивидуальный образ жизни ?

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

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

- А) не ритмическая деятельность
- Б) возможная деятельность

В) ритмическая деятельность

Г) необходимая деятельность

8.К продуктам повышенной биологической ценности относятся

А) фрукты

Б) соки

В) овощи

Г) зелень

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

А) соком крапивы

Б) соком одуванчика

В) березовым соком

Г) томатным соком

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

А) 3-5 грамм

Б) 7-8 грамм

В) 9-12 грамм

Г) 15-20 грамм

ВАРИАНТ 2

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

А) Профессору Н.М. Амосову

Б) Профессору А.Т.Смирнов

В) заложено в Уставе ВОЗ

Г) заложено положением о МЗ РФ

2. Сколько факторов определяют индивидуальное здоровье ?

А) 3

Б) 4.

В) 5.

Г) 6.

3.Биологический фактор (наследственность) занимает?

А) около 10%.

Б) около 20%..

В) около 40%..

Г) около 50%..

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

А) около 50%.

Б) около 40%..

В) около 20%..

Г) около. 10%.

5.Служба здоровья

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

6.Индивидуальный образ жизни ?

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

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

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

8.К продуктам повышенной биологической ценности относятся

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

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

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

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

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

ВАРИАНТ 3

Экстремальные ситуации

1. Основной принцип действия при экстремальной ситуации

- А) ждать помощь
- Б) расчет только на собственные силы
- В) подготовить опознавательные знаки для помощи со стороны
- Г) расчет на товарищей по несчастью

2. Какова природа происхождения военного конфликта

- А) техногенная
- Б) природная
- В) личностная

Г) социальная

3. Закончите фразу: «Ситуация при которой условия являются наиболее благоприятными для реализации жизнедеятельности отдельного человека и человеческого сообщества, являются...»

А) обычными

Б) оптимальные (комфортные)

В) экстремальные

Г) чрезвычайными

4. Назовите причину возникновения цунами антропогенного происхождения?

А) землетрясение

Б) извержение вулкана

В) моретрясение

Г) подводный ядерный взрыв

5. Закончите фразу: «Белые пыльные бури переносят...»

А) черноземы

Б) соли

В) суглинки

Г) пески

6. Найдите ЧС антропогенного характера

А) пожар возник за счет попадания молнии в стог сена.

Б) пожар, возникший от извержения вулкана

В) пожар возник за счет искр разведенного костра.

Г) пожар возник от падения небесного тела.

7. Чем отличается проступок от преступления

А) по количеству участников

Б) общественной опасности

В) по наличию вины

Г) ничем

8. С какого возраста наступает общая уголовная ответственность

А) 14 лет

Б) 15 лет

В) 16 лет

Г) 18 лет

9. Какое уголовное наказание является высшей мерой уголовного преследования

А) лишение свободы

Б) пожизненное заключение

В) арест

Г) исправительные работы

10. Назовите номер телефона службы спасения

А) 04

Б) 01

В) 03

Г) 02

ВАРИАНТ 4

Экстремальные ситуации

1. Основной принцип действия при экстремальной ситуации

- А) ждать помощь
- Б) расчет только на собственные силы
- В) подготовить опознавательные знаки для помощи со стороны
- Г) расчет на товарищей по несчастью

2. Какова природа происхождения военного конфликта

- А) техногенная
- Б) социальная
- В) личностная
- Г) природная

3. Закончите фразу: «Ситуация при которой условия являются наиболее благоприятными для реализации жизнедеятельности отдельного человека и человеческого сообщества, являются...»

- А) оптимальные (комфортные)
- Б) обычными
- В) экстремальные
- Г) чрезвычайными

4. Назовите причину возникновения цунами антропогенного происхождения?

- А) землетрясение
- Б) извержение вулкана
- В) подводный ядерный взрыв
- Г) засуха

5. Закончите фразу: «Белые пыльные бури переносят...»

- А) черноземы
- Б) пески
- В) суглинки
- Г) соли

6. Найдите ЧС антропогенного характера

- А) пожар возник за счет попадания молнии в стог сена.
- Б) пожар, возникший от извержения вулкана
- В) пожар возник за счет искр разведенного костра.
- Г) пожар возник от падения небесного тела.

7. Чем отличается проступок от преступления

- А) по количеству участников
- Б) совершен в нетрезвом виде
- В) по наличию вины
- Г) общественной опасности

8. С какого возраста наступает общая уголовная ответственность

- А) 14 лет
- Б) 15 лет
- В) 16 лет
- Г) 18 лет

9.Какое уголовное наказание является высшей мерой уголовного преследования

- А) лишение свободы
- Б) исправительные работы
- В) арест
- Г) пожизненное заключение

10.Назовите номер телефона службы спасения

- А) 04
- Б) 01
- В) 03
- Г) 02 11

ВАРИАНТ 5
РСЧС - ГО

1.Как правильно расшифровать РСЧС

- А) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС
- Б) Российская система ликвидации чрезвычайных ситуаций
- В) Российская система предупреждения и действия при ЧС
- Г) Единая государственная система ликвидации ЧС при МЧС России

2. К какому уровню относится наш колледж в системе РСЧС?

- А) региональному
- Б) территориальному
- В) местному
- Г) объектовому

3.Кто в нашем колледже является непосредственным координатором по вопросам ГО и ЧС?

- А) директор
- Б) зам директора по безопасности
- В) секретарь директора
- Г) завхоз колледжа

4.При возникновении чрезвычайного происшествия в колледже срочно собирается:

- А) штаб гражданской обороны
- Б) комиссия по чрезвычайным ситуациям
- В) координирующие органы
- Г) дежурные по этажам

5.Сколько режимов функционирования имеет РСЧС ?

- А) 1
- Б) 2
- В) 3
- Г) 4

6. Сколько уровней имеет РСЧС

- А) 2

- Б) 3
- В) 4
- Г) 5

7. При каком режиме функционирования РСЧС осуществляется определение границ чрезвычайных ситуаций?

- А) режим повседневной деятельности
- Б) режим повышенной готовности
- В) режим чрезвычайной ситуации
- Г) -

8. Гражданская оборона создается и функционирует :

- А) создается в мирное время, а функционирует постоянно
- Б) создается в мирное время, а функционирует в военное
- В) в чрезвычайных ситуациях
- Г) в экстремальных ситуациях

9. Что означает сигнал сирены в городе?

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

10. Что понимается под силами РСЧС?

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

ВАРИАНТ 6

РСЧС - ГО

1. Как правильно расшифровать РСЧС

- А) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС
- Б) Российская система ликвидации чрезвычайных ситуаций
- В) Российская система предупреждения и действия при ЧС
- Г) Единая государственная система ликвидации ЧС при МЧС России

2. К какому уровню относится наш колледж в системе РСЧС?

- А) региональному
- Б) территориальному
- В) объектовому
- Г) местному

3. Кто в нашем колледже является непосредственным координатором по вопросам ГО и ЧС?

- А) директор
- Б) секретарь директора
- В) зам директора по безопасности
- Г) завхоз колледжа

4. При возникновении чрезвычайного происшествия в колледже срочно собирается:

- А) штаб гражданской обороны
- Б) педагогический совет
- В) комиссия по чрезвычайным ситуациям
- Г) дежурные по этажам

5. Сколько режимов функционирования имеет РСЧС ?

- А) 1
- Б) 2
- В) 3
- Г) 4

6. Сколько уровней имеет РСЧС

- А) 2
- Б) 4
- В) 5
- Г) 6

7. При каком режиме функционирования РСЧС осуществляется определение границ чрезвычайных ситуаций?

- А) режим повседневной деятельности
- Б) режим повышенной готовности
- В) режим учебного заведения
- Г) режим чрезвычайной ситуации

8. Гражданская оборона создается и функционирует :

- А) создается в мирное время, а функционирует постоянно
- Б) создается в мирное время, а функционирует в военное
- В) в чрезвычайных ситуациях
- Г) в экстремальных ситуациях

9. Что означает сигнал сирены в городе?

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

10. Что понимается под силами РСЧС?

- А) люди
- Б) техника
- В) спец. приборы
- Г) подручные орудия 13

ВАРИАНТ №7

ОРУЖИЕ МАССОВОГО ПОРАЖЕНИЯ

1. Сколько групп существует орудия массового поражения?

- А) 1
- Б) 2
- В) 3

Г) 4

2. Поражающим фактором ядерного взрыва не является

А) ударная волна

Б) световое излучение

В) самовозгорание

Г) радиоактивное заражение

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

А) ядерное оружие

Б) химическое оружие

В) бактериологическое оружие

Г) обычное оружие

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

А) 20 р/ч

Б) 50 р/ч

В) 70 р/ч

Г) 100 р/ч

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

А) ударная волна

Б) радиоактивное заражение

В) световое излучение

Г) электромагнитный импульс

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

А) бактерии

Б) вирусы

В) грибок-мукор

Г) риккетсии

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

А) аммиак

Б) синильная кислота

В) уксусная кислота

Г) хлорид бария

8. К какому виду отравляющих веществ относится зарин

А) ОВ нервно-паралитического действия

Б) ОВ кожно-разрывного действия

В) ОВ удушающего действия

Г) ОВ общеядовитого действия

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

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

10. Какой вид зажигательной смеси при попадании кислорода самовозгорается:

- А) напалмы
- Б) металлизированные з.с.
- В) термиты
- Г) белый фосфор

ВАРИАНТ №8

ОРУЖИЕ МАССОВОГО ПОРАЖЕНИЯ

1. Сколько групп существует орудия массового поражения?

- А) 2
- Б) 3
- В) 4
- Г) 5

2. Поражающим фактором ядерного взрыва не является

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

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

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

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

- А) 20 р/ч
- Б) 40 р/ч
- В) 50 р/ч
- Г) 100 р/ч

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

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

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

- А) бактерии
- Б) гриб - мукор
- В) вирусы
- Г) риккетсии

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

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

8. К какому виду отравляющих веществ относится зарин

- А) ОВ нервно-паралитического действия
- Б) ОВ кожно-нарывного действия
- В) ОВ удушающего действия
- Г) ОВ общеядовитого действия

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

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

10. Какой вид зажигательной смеси при попадании кислорода самовозгорается:

- А) напалмы
- Б) белый фосфор
- В) термиты
- Г) металлизированные з.с.

ВАРИАНТ №9

ОРГАНИЗАЦИОННАЯ СТРУКТУРА ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ

1. Какой вид вооруженных формирований не входит в состав Вооруженных сил РФ

- А) Сухопутные войска
- Б) ВДВ
- В) пограничные войска
- Г) Дальнебойная авиация

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

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

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

- А) 3
- Б) 4
- В) 5
- Г) 6

4. Рядовой ВС РФ подчинен прямым начальникам

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

5. Кагда образованы Вооруженные силы Российской Федерации

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

6. В каком году образованы Вооруженные силы СССР

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

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

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

8. Сколько военных округов функционирует в Российской Федерации

- А) 3
- Б) 4
- В) 5
- Г) 6

9. Мотострелковые войска относятся-

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

10. Другие законные вооруженные формирования создаются на основе:

- А) Указа Президента РФ
- Б) Постановления правительства
- В) Решения Федерального собрания
- Г) Федерального закона РФ 16

ВАРИАНТ №10

ОРГАНИЗАЦИОННАЯ СТРУКТУРА ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ

1. Какой вид вооруженных формирований не входит в состав Вооруженных сил РФ

- А) Сухопутные войска
- Б) Пограничные войска
- В) ВДВ
- Г) Дальнобойная авиация

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

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

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

- А) 1
- Б) 2
- В) 3
- Г) 4

4. Рядовой ВС РФ подчинен прямым начальникам

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

5. Кагда образованы Вооруженные силы Российской Федерации

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

6. В каком году образованы Вооруженные силы СССР

- А) 1946 г.
- Б) 1950
- В) 1953 г.
- Г) 1960 г.

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

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

8. Сколько военных округов функционирует в Российской Федерации

- А) 4
- Б) 5

В) 6

Г) 7

9. Мотострелковые войска относятся-

А) Сухопутному виду ВС РФ

Б) Военно - морскому флоту

В) Военно – воздушным силам

Г) Космическим войскам

10. Другие законные вооруженные формирования создаются на основе:

А) Федерального закона РФ

Б) Постановления правительства

В) Решения Федерального собрания

Г) Указа Президента РФ 17

ВАРИАНТ №11

ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ

1. «Защита Отечества, является долгом и обязанностью граждан РФ»

Конституция России статья №

А) 19

Б) 29

В) 59

Г) 89

2. Где осуществляется постановка граждан на воинский учет в сельской местности?

А) в военкомате

Б) в районной администрации

В) по месту работы

Г) в домоуправлении

3. Укажите возраст обязательной постановки граждан РФ на воинский учет?

А) в год исполнения 17 лет

Б) после исполнения 17 лет

В) в год исполнения 18 лет

Г) после исполнения 18 лет

4. Какая из ниже перечисленных категорий граждан РФ подлежат призыву на военную служ-бу?

А) временно не годен к военной службе

Б) прошел альтернативную гражданскую службу

В) прошел службу в другом государстве

Г) ограниченно годен к военной службе.

5. Наиболее активная форма реализации воинской обязанности?

А) воинский учет

Б) призыв

В) прохождение воен. службы

Г) запас

6.Согласно ст. 38 ФЗ "О воинской обязанности и военной службе" один день пребывания в госпитале вследствие ранения, увечья, контузии или заболеваний, полученных во время участия в военных конфликтах засчитывается

- А) за один день военной службы
- Б) за два дня военной службы
- В) за три дня военной службы
- Г) за четыре дня военной службы

7.Укажите, какой вид не относится к военным образовательным учреждениям?

- А) институт
- Б) техникум
- В) университет
- Г) кадетский корпус

8.Можно ли по окончании первого курса ТК № 28 поступить в высшее военное учебное заведение?

- А) -
- Б) да
- В) нет
- Г) -

9.На какой территории стран СНГ не находятся миротворческие силы ВС Российской Федерации?

- А) Таджикистан
- Б) Абхазия
- В) Южная Осетия
- Г) Респ. Чечня

10.Капитан – лейтенант ВМФ России имеет на погонах?

- А) одна большая звезды 18
- Б) две маленькие звезды
- В) три маленькие звезды
- Г) четыре маленькие звезды

ВАРИАНТ №12

ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ

1."Защита Отечества, является долгом и обязанностью граждан РФ» Конституция России статья №

- А) 19
- Б) 59
- В) 89
- Г) 103

2.Где осуществляется постановка граждан на воинский учет в сельской местности?

- А) в военкомате
- Б) в домоуправлении

- В) по месту работы
- Г) в районной администрации

3. Укажите возраст обязательной постановки граждан РФ на воинский учет?

- А) в год исполнения 17 лет
- Б) после исполнения 17 лет
- В) в год исполнения 18 лет
- Г) после исполнения 18 лет

4. Какая из ниже перечисленных категорий граждан РФ подлежат призыву на военную службу?

- А) ограниченно годен к военной службе.
- Б) прошел альтернативную гражданскую службу
- В) прошел службу в другом государстве
- Г) временно не годен к военной службе

5. Наиболее активная форма реализации воинской обязанности?

- А) воинский учет
- Б) призыв
- В) прохождение воен. службы
- Г) запас

6. Согласно ст. 38 ФЗ "О воинской обязанности и военной службе" один день пребывания в госпитале вследствие ранения, увечья, контузии или заболеваний, полученных во время участия в военных конфликтах засчитывается

- А) за один день военной службы
- Б) за два дня военной службы
- В) за три дня военной службы
- Г) за четыре дня военной службы

7. Укажите, какой вид не относится к военным образовательным учреждениям?

- А) институт
- Б) кадетский корпус
- В) университет
- Г) техникум

8. Можно ли по окончании первого курса ТК № 28 поступить в высшее военное учебное заведение?

- А) -
- Б) да
- В) -
- Г) нет

9. На какой территории стран СНГ не находятся миротворческие силы ВС Российской Федерации?

- А) Таджикистан
- Б) Респ. Чечня
- В) Южная Осетия
- Г) Абхазия

10. Капитан – лейтенант ВМФ России имеет на погонах?

- А) одна большая звезды
- Б) две маленькие звезды
- В) три маленькие звезды
- Г) четыре маленькие звезды

ВАРИАНТ №13

ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ

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

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

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

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

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

- А) Последовательность не имеет значения.
- Б) Одежду следует сначала снимать с поврежденной конечности.
- В) Одежду следует сначала снимать с неповрежденной конечности.
- Г) Одежду следует предварительно разрезать.

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

- А) Уложить и приподнять голову.
- Б) Усадить и окинуть голову.
- В) Усадить пострадавшего.
- Г) Уложить и приподнять ноги.

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

- А) Выдвинуть подбородок пострадавшего вперед при запрокинутой на затылок голове
- Б) Выдвинуть подбородок пострадавшего вперед в положении лежа на спине.
- В) Наклонить вперед голову.
- Г) Положить пострадавшего на бок.

6. В чем заключается первая помощь пострадавшему при шоке?

- А) Уложить пострадавшего, дать имеющиеся болеутоляющие средства, контролировать дыхание и пульс.
- Б) Уложить пострадавшего, укрыть, дать имеющиеся болеутоляющие средства, контролировать дыхание и пульс.

В) Придать пострадавшему положение лежа или полусидя, на лоб и затылок положить холодные примочки.

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

7.Как влияет алкоголь на реакцию человека?

А) Время реакции уменьшается.

Б) Алкоголь на время реакции не влияет.

В) время реакции увеличивается.

Г) Время реакции прежнее.

8.Как остановить кровотечение при ранении вены?

А) Наложить жгут ниже места ранения.

Б) Наложить жгут выше места ранения

В) Наложить повязку на место ранения.

Г) Наложить давящую повязку на место ранения.

9.Как остановить кровотечение при ранении артерии?

А) Наложить жгут выше места ранения 20

Б) Наложить жгут ниже места ранения

В) Наложить повязку на место ранения.

Г) Наложить давящую повязку на место ранения.

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

А) Лежа на спине

Б) Сидя или в полулежащем состоянии

В) Лежа на боку

Г) Лежа на животе

ВАРИАНТ №14

ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ

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

А) Не более получаса

Б) Не более одного часа

В) Не более 15 минут

Г) Время не ограничено

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

А) Подвесить руку, согнутую под прямым углом, на косынке и прибинтовать к туловищу

Б) Подвесить руку на косынке и прибинтовать ее к туловищу пострадавшего.

В) Подвесить руку на косынке

Г) Наложить две шины на плечо.

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

А) Одежду следует сначала снимать с неповрежденной конечности.

Б) Одежду следует сначала снимать с поврежденной конечности.

- В) Последовательность не имеет значения.
- Г) Одежду следует предварительно разрезать.

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

- А) Уложить и приподнять голову.
- Б) Уложить и приподнять ноги.
- В) Усадить пострадавшего.
- Г) Усадить и окинуть голову.

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

- А) Выдвинуть подбородок пострадавшего вперед в положении лежа на спине.
- Б) Выдвинуть подбородок пострадавшего вперед при запрокинутой на затылок голове
- В) Наклонить вперед голову.
- Г) Положить пострадавшего на бок.

6.В чем заключается первая помощь пострадавшему при шоке?

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

7.Как влияет алкоголь на реакцию человека?

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

8.Как остановить кровотечение при ранении вены?

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

9.Как остановить кровотечение при ранении артерии?

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

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

- А) Лежа на спине
- Б) Лежа на боку
- В) Сидя или в полулежачем состоянии
- Г) Лежа на животе.

2.2. Практические задания (ПЗ)

ЗАДАНИЕ 1

Ваша группа оказалась в экстремальной ситуации на природе. Необходимо принять решение, от которого зависит план дальнейших действий. Стрелками укажите действия, соответствующие каждому из решений.

Ответ.

- Нет уверенности, что скоро придет помощь
- Есть уверенность что скоро придет помощь
- Никто не знает предполагаемого местонахождения вашего класса
- Отсутствуют средства связи
- Нет возможности двигаться
- Решение остаться на месте происшествия принимается когда:
- Решение выходить к населенному пункту принимается когда

ЗАДАНИЕ 2

Зная и выполняя правила личной безопасности, можно избежать многих преступлений. Дайте определения перечисленным понятиям. Рассмотрите предложенную ситуацию.

Вопрос 1. Что такое опасное время? Приведите примеры опасного времени.

Ответ.

Опасное время – это время значительного повышения риска для личной безопасности.

Примеры опасного времени: ночь, поздний вечер, раннее утро.

Вопрос 2. Что такое опасное место? Приведите примеры опасных мест.

Ответ.

Опасное место: лесопарки, стройки, стройплощадки, заброшенные дома, подвалы, чердаки, вокзалы, рынки, аэропорты, места массовых зрелищ, пустынные вечерние улицы и др.

Вопрос 3. Что такое виктимное поведение? Приведите примеры виктимного поведения.

Ответ.

Виктимное поведение – это проявление особого, провоцирующего поведения.

Примеры виктимного поведения:

- демонстрация крупной суммы денег при расплате за покупку;
- девушка в короткой юбке и кофточке с глубоким вырезом, идущая через темный сквер;
- демонстрация дорогих украшений поздним вечером в общественном транспорте или на улице;
- выглядывающий из кармана бумажник, кошелек и др.

Ситуация. При помощи стрелок установите соответствие между ситуациями и правилами безопасного поведения.

Ответ.

- Незнакомый человек приглашает поехать к нему на дачу на пикник
- Вашу дверь пытаются открыть. Взрослых нет дома, и вы знаете, что они придут не скоро.
- Сослаться на занятость, болезнь, необходимость вовремя быть дома, посоветоваться с друзьями, прервать беседу и уйти
- Убедиться что дверь надежно заперта, позвонить в полицию, не открывать дверь
- Не подходить и не садиться в автомобиль
- Вы пришли домой и замечаете, что дверь квартиры распахнута, внутри квартиры виден беспорядок (разбросаны вещи, выбито окно и т.п.)
- Не входить в квартиру, вызвать полицию от соседей или по мобильному телефону
- Водитель остановившего автомобиля просит сесть в машину и показать дорогу.

ЗАДАНИЕ 3

Современный дом (квартира) в силу объективных причин не только защищает человека, но и может создать условия для возникновения опасных ситуаций. С учетом этого Вам предлагается ответить на следующие вопросы.

Вопрос 1. Какие опасные ситуации возможны в доме (квартире) и каковы их причины. Заполните до конца таблицу.

Ответ. №	Наименование опасных ситуаций	Причина опасных ситуаций
1	Пожар	Неосторожное обращение и шалость детей с огнем; нарушение правил пользования электробытовыми и электронагревательными приборами; нарушение правил хранения и использования горючих и легко воспламеняющихся жидкостей; утечка бытового газа; неосторожное обращение с пиротехническими изделиями и др.
2	Поражение электрическим током	Использование неисправных электроприборов и электрооборудования; ремонт не обесточенных электроприборов; игры детей с работающими электроприборами; прикосновение открытой частью тела (особенно мокрыми руками) к неисправной электропроводке, оголенным или оборванным электропроводам.
3	Отравление препаратами бытовой химии	Нарушение правил пользования и хранения препаратов бытовой химии; использование неизвестных препаратов и препаратов, приобретенных не в магазине; разлитые или рассыпанные препараты.

Вопрос 2. Сформулируйте подробно общие правила вызова специальных служб (скорая помощь, полиция, пожарная охрана, спасатели и др.) по телефону при возникновении опасных или аварийных ситуаций в доме, квартире.

Ответ

При вызове специальных служб по телефону необходимо сообщить:

- Причину вызова (пожар, несчастный случай, взрыв, нападение, запах газа, захват заложников и т.п.);
- Свое имя и фамилию, а также номер телефона, откуда передается сообщение;
- Точный адрес (улица, номер дома и квартиры, этаж, подъезд и код) или другие ориентиры.

ЗАДАНИЕ 4

Предприятия, использующие в производственных процессах опасные химические вещества, являются потенциально опасными для проживающего рядом с ними населения, так как на них могут возникать аварийные ситуации с выбросом в атмосферу токсичных веществ. Рассмотрите предложенные ситуации и примите правильное решение.

Ситуация 2. На химическом предприятии произошла авария с выбросом хлора. Облако зараженного воздуха распространяется в направлении вашего района. Возможности эвакуации из зоны заражения нет. Вы находитесь в своей квартире. Что вам необходимо предпринять при отсутствии средств индивидуальной защиты и возможности эвакуироваться? Заполните схему.

1. Плотно закрыть окна и двери
2. Входные двери зашторить плотной тканью
3. Провести герметизация жилища

Вопрос: концентрация каких из этих АХОВ (фосген, аммиак, хлор, сероводород, сернистый ангидрид, формальдегид) в летнее время будет наибольшей?

Ответ.

- а) На верхних этажах здания: аммиак, сероводород, формальдегид.
- б) На нижних этажах здания: хлор, фосген, сернистый ангидрид.

ЗАДАНИЕ 5

Население, проживающее в непосредственной близости от радиационно опасных объектов должно быть готово в любое время суток принять меры по защите в случае опасности. Рассмотрите ситуации и примите решения.

Ситуация 1. Произошла авария на атомной электростанции. Ожидается выпадение радиоактивных веществ. По местному радио объявили об эвакуации жителей района, в котором вы проживаете. Определите последовательность ваших действий и заполните схему.

Ответ.

1. Включить телевизор, радио, выслушать сообщения
2. Освободить от продуктов холодильник, вынести скоропортящиеся продукты и мусор
3. Отключить воду, газ, электричество, погасить огонь в печи
4. Взять необходимые вещи, продукты питания, документы
5. Надеть средства защиты органов дыхания и кожи
6. Следовать на сборный эвакуационный пункт

Ситуация 2. Вы проживаете в районе, где расположена атомная электростанция. Какую информацию вы должны знать, чтобы защитить себя и своих близких в случае возникновения аварии на атомной электростанции, и где эту информацию можно получить?

Ответ.

Население, проживающее вблизи радиационно опасных объектов, должно заранее узнать в жилищно-эксплуатационных и специально уполномоченных органах следующие сведения:

- а) Место расположения (адрес) убежища по месту жительства, работы, учебы;
- б) Место получения (адрес) индивидуальных средств защиты, препаратов, йода по месту жительства, работы, учебы;
- в) Адрес и телефон эвакуационного пункта;
- г) Район возможной эвакуации (адрес и телефон);
- д) Адреса и телефоны ближайших пунктов: медицинского, охраны общего порядка, радиационного контроля.

ЗАДАНИЕ 6

Основываясь на данных пожарной безопасности, заполните правую часть таблицы.

№	Вопросы	Ответы на вопросы
1.	Какие действия не допускаются при использовании углекислотного огнетушителя?	При использовании углекислотного огнетушителя не допускается прикасаться к раструбу и держать его в горизонтальном положении
2.	Каким огнетушителем нельзя тушить электропроводку под напряжением?	Тушить электропроводку под напряжением нельзя пенным огнетушителем
3.	С какой целью используют при пожаре в помещении распыленную струю?	Распыленную струю используют при пожаре в помещении для понижения температуры среды и для более эффективного тушения пламени
4.	При ожогах второй и третьей степени может возникнуть ожоговая болезнь. Когда это возможно?	Ожоговая болезнь возникает при поражении 30-35% тела.
5.	Можно ли для тушения одежды, которая загорелась на человеке, использовать химический пенный огнетушитель?	Нельзя

ЗАДАНИЕ 7

Здоровый образ жизни - это индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Поскольку потребность в здоровом образе жизни является фундаментом хорошего здоровья, Вам предлагается:

Вопрос 1 Дополнить схему об основных элементах здорового образа жизни.

Ответ.

Основные элементы здорового образа жизни	
Оптимальный уровень двигательной активности	Профилактика заболеваний передающихся половым путем
Экологически грамотное поведение	Соблюдение режима труда и отдыха
Закаливание	Отказ от вредных привычек
Психическая и эмоциональная устойчивость	Личная гигиена
Рациональное питание	Безопасное поведение дома, на улице, в школе

Вопрос 2 Вписать наименования продуктов питания, которые являются:

Ответ.

а) источниками белков: мясо, рыба, молочные продукты, яйца, орехи, крупы и др.;

б) источниками жиров: сливочное масло, сметана, сливки, сыр, подсолнечное масло, кукурузное масло, орехи, овсяная крупа и др.;

в) источниками углеводов: хлеб, печенье, крупы, овощи, фрукты и др.

Вопрос 3 Дополнить схему, характеризующую основные физические качества человека.

Ответ.

Основные физические качества, обеспечивающие высокий уровень здоровья			
Скоростные качества	Силовые качества	Выносливость	Гибкость

ЗАДАНИЕ 8

Основываясь на знаниях в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера, выполните следующие задания:

Вопрос 1. По определениям опасных природных явлений, данных в левой колонке таблицы, в правой колонке, впишите вид опасного природного явления.

Ответ:

Определение опасного природного явления	Вид опасного природного явления
Смещение масс горных пород по склону под воздействием собственного веса и дополнительной нагрузки вследствие подмыва склона, переувлажнения, сейсмических толчков и иных процессов.	Оползень
Затопление водой местности, прилегающей к реке, озеру или водохранилищу, которое наносит урон здоровью людей или даже приводит к их гибели, а также причиняет материальный ущерб.	Наводнение
Горный поток, состоящий из смеси воды и рыхлообломочной горной породы (грязи, камней).	Сель
Ветер разрушительной силы и значительной продолжительности, скорость которого превышает 32 м/с.	Ураган (тайфун)
Покрытие окружающей местности слоем воды, заливающим дворы, улицы населенных пунктов и нижние этажи зданий	Затопление

Вопрос 2. Составьте определение и назовите его:

- а) ... нарушение жизнедеятельности людей...
- б) ... характеризующиеся внезапным...
- в) ... опасное природное явление или процесс...
- г) ... разрушением и уничтожением материальных ценностей...
- д) ... геологического или биологического происхождения...
- е) ... при которых возникает чрезвычайная ситуация...
- ж) ... крупных масштабов...
- з) ... и приводящее к гибели людей...
- и) ... геологического, метеорологического...

Ответ:

Это определение стихийного бедствия.

Стихийное бедствие – это опасное природное явление или процесс геологического, метеорологического, гидрологического или биологического происхождения крупных масштабов, при которых возникают чрезвычайные ситуации, характеризующиеся внезапным нарушением жизнедеятельности людей, разрушением и уничтожением материальных ценностей и приводящее к гибели людей.

**ОТВЕТЫ НА КОНТРОЛЬНЫЕ ТЕСТЫ
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Вариант1	Б	В	Б	Б	А	Г	В	Б	В	Б
Вариант2	В	Б	Б	В	А	А	В	В	Г	Б
Вариант3	Б	Г	Б	Г	Б	В	Б	В	Б	Б
Вариант4	Б	Б	А	В	Г	В	Г	В	Г	Б
Вариант5	А	Г	Б	Б	В	Г	В	Б	Б	Б
Вариант6	А	В	В	В	В	В	Г	Б	Г	А
Вариант7	Г	В	Г	Б	А	В	Б	А	В	Г
Вариант8	В	Б	Г	В	В	Б	Б	А	В	Б
Вариант9	В	В	А	Г	Б	Б	Б	Г	А	Г
Вариант10	Б	Г	В	Г	В	А	В	В	А	А
Вариант11	В	Б	А	А	В	Б	Б	В	Г	Г
Вариант12	Б	Г	А	Г	В	Б	Г	Г	Б	Г
Вариант13	А	Б	В	Г	А	Б	В	Г	А	Б
Вариант14	А	А	А	Б	Б	Б	В	Г	А	В

3. Комплект оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Контрольные вопросы к дифференцированному зачету.

1. Актуальность изучения предмета Основы безопасности жизнедеятельности.
2. Цели и задачи дисциплины.
3. Основные теоретические положения и понятия.
4. Здоровье и здоровый образ жизни.
5. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
6. Антропогенное влияние на среду обитания и здоровье человека.
7. Химические загрязнения среды и здоровье человека.
8. Биологические загрязнения и болезни человека.
9. Права, обязанности и ответственность гражданина в области охраны окружающей среды.
10. Организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, и порядок обращения в них.
11. Вредные привычки, их влияние на здоровье человека.
12. Правила и безопасность дорожного движения.
13. Виды ответственности за асоциальное поведение на транспорте.
14. Явные и скрытые опасности современных молодежных хобби. Последствия и ответственность.
15. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.
16. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.
17. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
18. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера.
19. Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
20. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.
21. Права, обязанности и ответственность гражданина в области организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.
22. Гражданская оборона.
23. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.
24. Современные средства поражения и их поражающие факторы.
25. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.
26. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.

27. Инженерная защита. Виды защитных сооружений и правила поведения в них.
28. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы.
29. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.
30. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.
31. Общегосударственная система противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму.
32. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.
33. История создания Вооруженных Сил России.
34. Основные предпосылки поведения военной реформы Вооруженных сил Российской Федерации на современном этапе.
35. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации.
36. Организационная структура Вооруженных сил Российской Федерации.
37. Основные понятия о воинской обязанности.
38. Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по призыву.
39. Прохождение военной службы по контракту.
40. Основы законодательства Российской Федерации в области формирования здорового образа жизни.
41. Права, обязанности и ответственность гражданина при оказании первой помощи.
42. Понятие первой помощи.
43. Понятие травм и их виды. Первая помощь при ранениях, переломах.
44. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.
45. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях.
46. Первая помощь при ожогах, при воздействии низких температур
47. Первая помощь при отравлениях.
48. Права, обязанности и ответственность гражданина в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения.
49. Инфекционные болезни. Пути передачи. Профилактика.
50. Инфекции, передаваемые половым путём. СПИД.
51. Национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты.
52. Военная политика Российской Федерации в современных условиях.

4. Критерии оценивания

«5» «отлично» – студент показывает глубокое и полное овладение содержанием программного материала по УП, в совершенстве владеет понятийным аппаратом и демонстрирует умение применять теорию на практике, решать различные практические и профессиональные задачи, высказывать и обосновывать свои суждения в форме грамотного, логического ответа (устного или письменного), а также высокий уровень овладение общими и профессиональными компетенциями и демонстрирует готовность к профессиональной деятельности;

«4» «хорошо» – студент в полном объеме освоил программный материал по УП, владеет понятийным аппаратом, хорошо ориентируется в изучаемом материале, осознанно применяет знания для решения практических и профессиональных задач, грамотно излагает ответ, но содержание, форма ответа (устного или письменного) имеют отдельные неточности, демонстрирует средний уровень овладение общими и профессиональными компетенциями и готовность к профессиональной деятельности;

«3» «удовлетворительно» – студент обнаруживает знание и понимание основных положений программного материала по УП, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении знаний для решения практических и профессиональных задач, не умеет доказательно обосновать свои суждения, но при этом демонстрирует низкий уровень овладения общими и профессиональными компетенциями и готовность к профессиональной деятельности;

«2» «неудовлетворительно» – студент имеет разрозненные, бессистемные знания, не умеет выделять главное и второстепенное, допускает ошибки в определении понятий, беспорядочно и неуверенно излагает программный материал по УП, не умеет применять знания для решения практических и профессиональных задач, не демонстрирует овладение общими и профессиональными компетенциями и готовность к профессиональной деятельности.

5. Информационное обеспечение

перечень учебных изданий, электронных изданий, электронных и Интернет-ресурсов, образовательных платформ, электронно-библиотечных систем, веб-систем для организации дистанционного обучения и управления им, используемые в образовательном процессе как основные и дополнительные источники.

Основные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник /Н.В. Косолапова, Н.А.Прокопенко. – М.: ИЦ Академия, 2016.-368 с.
2. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник /Н.В. Косолапова, Н.А.Прокопенко. - М.: ИЦ Академия, 2020 -368 с.
3. Основы безопасности жизнедеятельности.10-11 класс.Учебник/Ким С.В., Горский В.А.- М.: Вентана-Граф ,2020- 400 с.

Дополнительные источники:

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных федеральными конституционными законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ) // СЗ РФ. — 2009. — № 4. — Ст. 445.
2. Об образовании в Российской Федерации: федер. закон от 29.12. 2012 № 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ, в ред. от 03.07.2016, с изм. от 19.12.2016.)
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 31 декабря 2015 г. N 1578 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. N413"
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования”».
5. Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования».

6. Гражданский кодекс РФ (Ч. 1) (утвержден Федеральным законом от 30.11.94 № 51-ФЗ (в ред. от 11.02.2013, с изм. и доп. от 01.03.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 32 (Ч. 1). — Ст. 3301.
7. Гражданский кодекс РФ (Ч. 2) (утвержден Федеральным законом от 26.01.96 № 14-ФЗ) (в ред. от 14.06.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 5 (Ч. 2). — Ст. 410.
8. Гражданский кодекс РФ (Ч. 3) (утвержден Федеральным законом от 26.11.01 № 146-ФЗ) (в ред. от 05.06.2012) // СЗ РФ. — 2001. — № 49. — Ст. 4552.
9. Гражданский кодекс РФ (Ч. 4) (утвержден Федеральным законом от 18.12.06 № 230-ФЗ) (в ред. от 08.12.2011) // СЗ РФ. — 2006. — № 52 (Ч. 1). — Ст. 5496.
10. Семейный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 29.12.1995 № 223-ФЗ) (в ред. от 12.11.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 1. — Ст. 16.
11. Уголовный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 13.06.1996 № 63-ФЗ) (в ред. от 07.12.2011 ; с изм. и доп., вступающими в силу с 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 25. — Ст. 2954.
12. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.2013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.
13. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.
14. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.
15. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.
16. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.
17. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.
18. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — № 48. — Ст. 6724.
19. Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.
20. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.
21. Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных

Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2011. — № 47.

22. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2012.

23. Приказ министра обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.02.2010 № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» (зарегистрировано Минюстом России 12.04.2010, регистрационный № 16866).

24. Айзман Р. И., Омельченко И. В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. — М., 2013.

25. Аксенова М., Кузнецов С., Евлахович и др. Огнестрельное оружие. — М., 2012.

26. Кобяков Ю. П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. — М., 2012.

27. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.

28. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2013.

29. Косолапова Н. В. и др. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. — М., 2017

30. Косолапова Н. В. и др. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. — М., 2017

31. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное учебное издание для обучающихся по профессиям в учреждениях сред. проф. образования. — М., 2014.

32. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное приложение к учебнику для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.

33. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: электронный учебно-методический комплекс для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.
34. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов сред. проф. образования. — М., 2014.
35. Микрюков В.Ю. Основы военной службы: учебник для учащихся старших классов сред. образовательных учреждений и студентов сред. спец. учеб. заведений, а также преподавателей этого курса. — М., 2014.
36. Микрюков В.Ю. Азбука патриота. Друзья и враги России. — М., 2013.
37. Митяев А. Книга будущих командиров. — М., 2010.
38. Назарова Е. Н., Жилов Ю. Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.
39. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2013.

Справочники, энциклопедии

- Изотова М.А., Царева Т. Б. Полная энциклопедия орденов и медалей России. — М., 2008.
- Ионина Н. А. 100 великих наград. — М., 2009.
- Каменев А. И. Энциклопедия русского офицера. — М., 2008.
- Каторин Ю. Ф. Танки: иллюстрированная энциклопедия. — М., 2011.
- Лубченков Ю. Н. Русские полководцы. — М., 2009.

Электронные издания (электронные ресурсы):

Интернет – источники

[www. mchs. gov. ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).

[www. mvd. ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).

[www. mil. ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).

[www. fsb. ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ).

[www. dic. academic. ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).

[www. booksgid. com](http://www.booksgid.com) (Books Gid. Электронная библиотека).

[www. globalteka. ru/index. html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).

[www. window. edu. ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).

[www. iprbookshop. ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).

[www. school. edu. ru/default. asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).

[www. ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).

[www. pobediteli. ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).

[www. monino. ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).

[www. simvolika. rsl. ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность).

[www. militera. lib. ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).

<https://resh.edu.ru> Российская электронная школа
<https://www.yaklass.ru> ЯКласс. Видеоуроки и тренажёры.
<https://school-collecion.edu.ru> Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
<https://interneturok.ru> Интернет урок. Библиотека видеоуроков.

Цифровая образовательная среда СПО PROФобразование:

- Курбатов, В. А. Безопасность жизнедеятельности. Основы чрезвычайных ситуаций : учебное пособие для СПО / В. А. Курбатов, Ю. С. Рысин, С. Л. Яблочников. — Саратов : Профобразование, 2020. — 121 с. — ISBN 978-5-4488-0820-3. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/93574> (дата обращения: 07.09.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей;
- Основы безопасности жизнедеятельности. Государственная система обеспечения безопасности населения : учебное пособие для СПО / А. Н. Приешкина, М. А. Огородников, Е. Ю. Голубь, А. В. Седымов. — Саратов : Профобразование, 2020. — 76 с. — ISBN 978-5-4488-0743-5. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/92323> (дата обращения: 03.09.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей;
- Приешкина, А. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Обеспечение здорового образа жизни и основы медицинских знаний : учебное пособие для СПО / А. Н. Приешкина. — Саратов : Профобразование, 2020. — 92 с. — ISBN 978-5-4488-0740-4. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/92324> (дата обращения: 07.09.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

Электронно-библиотечная система:

IPR BOOKS - <http://www.iprbookshop.ru/78574.html>

Веб-система для организации дистанционного обучения и управления им:
Система дистанционного обучения ОГАПОУ «Алексеевский колледж»
<http://moodle.alcollege.ru/>