

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Комсомольский-на-Амуре государственный университет»

Колледж

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

учебного предмета **СОО.01.13 «Основы безопасности и защиты Родины»**
по специальности среднего профессионального образования
40.02.02 «Правоохранительная деятельность»
(базовая подготовка)
на базе основного общего образования

Форма обучения
очная

Комсомольск-на-Амуре, 2024

ФОС по предмету **СОО.01.13 «Основы безопасности и защиты Родины»** разработан на основании приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 01.02.2024 N 62 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ основного общего образования и среднего общего образования» (Зарегистрирован 29.02.2024 № 77380)

Фонды оценочных средств рассмотрены и одобрены на заседании кафедры «Общеобразовательные дисциплины»

Протокол № 7 от «28» августа 2024 г.

Зав.кафедрой

Е.А. Малых

1. Паспорт фонда оценочных средств по учебному предмету СОО.01.13 «Основы безопасности и защиты Родины»

Фонд оценочных средств (далее - ФОС) предназначен для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебного предмета «**Основы безопасности и защиты Родины**».

Паспорт фонда оценочных средств является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 40.02.02- Правоохранительная деятельность.

Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: Общеобразовательная подготовка.

Таблица 1 - Требования к уровню освоения содержания дисциплины и формируемым компетенциям

Код компетенции	Формы и методы контроля	Уровень освоения
1	2	3
ОК 01	Тесты Опрос Промежуточная аттестация в виде зачета с оценкой	- ознакомительный - репродуктивный - продуктивный
ОК 02	Тесты Опрос Промежуточная аттестация в виде зачета с оценкой	- ознакомительный - репродуктивный - продуктивный
ОК 03	Тесты Опрос Промежуточная аттестация в виде зачета с оценкой	- ознакомительный - репродуктивный - продуктивный
ОК 04	Тесты Опрос Промежуточная аттестация в виде зачета с оценкой	- ознакомительный - репродуктивный - продуктивный
ОК 06	Тесты Опрос Промежуточная аттестация в виде зачета с оценкой	- ознакомительный - репродуктивный - продуктивный
ОК 07	Тесты Опрос Промежуточная аттестация в виде зачета с оценкой	- ознакомительный - репродуктивный - продуктивный
ОК 08	Тесты	- ознакомительный

	Опрос Промежуточная аттестация в виде зачета с оценкой	- репродуктивный - продуктивный
--	---	------------------------------------

Таблица 2– Оценочные средства и критерии оценивания

Контролируемые темы и разделы дисциплины	Наименование оценочного средства	Критерии оценивания
Все темы	Тесты	- менее 30% правильных ответов - неудовлетворительно - от 30 до 50% правильных ответов - удовлетворительно - от 51 до 75% правильных ответов - хорошо - свыше 75% правильных ответов – отлично
Все темы	Опрос	- самостоятельность суждений, оценок и выводов, их объективность; - соответствие выводов с изложенным в докладе материалом; - наличие иллюстрационного (наглядного) материала; - глубина анализ источников литературы; - ясность, лаконичность стиля изложения материала; - умение отвечать на вопросы
Все темы	Промежуточная аттестация в виде зачета с оценкой	- менее 30% правильных ответов - неудовлетворительно - от 30 до 50% правильных ответов - удовлетворительно - от 51 до 75% правильных ответов - хорошо - свыше 75% правильных ответов – отлично

2 Оценочные материалы для диагностической работы по проверке сформированности результатов подготовки

Этапы формирования компетенций

Этапы формирования результатов подготовки	1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр
ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08		Основы безопасности и защиты Родины			

2.1 Задания на проверку общих компетенций

Задания закрытого типа

№	Задание	Ключ	Компетенция
1	Выберите один вариант ответа Здоровый образ жизни - это	2	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04,

	<p>1) система жизнедеятельности человека, в которой главными составляющими являются отказ от курения, алкоголя и диетическое питание.</p> <p>2) индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья.</p> <p>3) мировоззрение человека, которое складывается из знаний о здоровье.</p> <p>4) это установленный человеком режим занятий физической культурой и спортом, а также профилактика заболеваний.</p>		ОК 06, ОК 07, ОК 08
2	<p>Выберите один вариант ответа</p> <p>Какой брак официально признан в Российской Федерации?</p> <p>1) брак, зарегистрированный в общественной организации.</p> <p>2) специальный брак, зарегистрированный в органах МВД России.</p> <p>3) религиозный брак, заключённый в соответствии с обычаями и традициями.</p> <p>4) гражданский брак, зарегистрированный в органах записи актов гражданского состояния</p>	4	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
3	<p>Каким образом в РФ производится лишение родительских прав?</p> <p>1) органами МВД России</p> <p>2) органами опеки</p> <p>3) в судебном порядке</p> <p>4) муниципальными органами исполнительной власти</p>	3	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
4	<p>Выберите все правильные ответы</p> <p>Каковы внешние признаки большинства инфекционных заболеваний?</p> <p>1) снижение температуры тела</p> <p>2) подъём температуры тела</p> <p>3) озноб, разбитость во всём теле</p> <p>4) снижение кожной чувствительности</p>	2,3	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
5	<p>Соотнесите понятия с определениями</p> <p>1) Санитарная обработка людей</p> <p>2) Дезинфекция</p> <p>А) Уничтожение бактериальных средств и химическое разрушение их токсинов.</p> <p>Б) Удаление радиоактивных веществ, обезвреживание или удаление ОБ, болезнетворных микробов и их токсинов с кожного покрова, а так же со средств индивидуальной защиты, одежды и обуви.</p>	1б 2а	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
6	<p>Соотнесите понятия с определениями</p> <p>1) Оповещение</p> <p>2) Эвакуация</p> <p>3) Расседоточение</p> <p>А) Организованный вывоз или вывод из городов и важных объектов при угрозе нападения противника или опасности радиационного, химического, бактериологического заражения местности</p> <p>Б) Предупреждение о возможном нападении противника</p>	2а 1б 3в	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08

	(ЧС военного времени), надвигающемся стихийном бедствии или возникновении техногенной опасности (ЧС мирного времени) В) Организованный вывоз людей, продолжающих свою работу в крупных городах, в загородную зону для проживания и отдыха		
7	Выберите один правильный вариант ответа. Прослушав сообщения местных органов власти о ЧС, необходимо: 1) проверить достоверность информации, позвонив по телефону «112»; 2) посоветоваться с соседями; 3) действовать в соответствии с полученными указаниями; 4) выключить все каналы связи.	3	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
8	Выберите один правильный вариант ответа. Основным способом оповещения населения о ЧС является: 1) передача информации по телефонной сети, посредством SMS; 2) передача информации от человека к человеку; 3) передача информации посредством громкоговорящей связи; 4) передача речевой информацией по сети проводного, радио и телевизионного вещания.	4	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
9	Выберите правильное утверждение. Комиссия по постановке на воинский учет утверждается в следующем порядке: 1) военный комиссар района (города) – председатель комиссии, специалист по профессиональному психологическому отбору, секретарь комиссии, врачи – специалисты; 2) должностное лицо военного комиссариата – председатель комиссии, психолог, секретарь комиссии, врачи – специалисты; 3) представитель командования военного округа, представитель органа местного самоуправления, врачи – специалисты;	1	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
10	Оборонеспособность государства - это 1) степень подготовленности Вооруженных Сил к защите от агрессии; 2) степень подготовленности государства к защите от агрессии; 3) степень подготовленности органов управления государства, противостоять угрозам агрессии со стороны противника; 4) уровень мобилизационной подготовки органов государственной власти и управления, органов местного самоуправления, предприятий, учреждений и организаций, территории и населения страны.	2	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
11	В соответствии с Федеральным законом « О воинской обязанности и военной службы» первоначальная постановка	3	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04,

	<p>граждан на воинский учет осуществляется</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) в период с 1 сентября по 30 ноября в год достижения гражданами возраста 15 лет; 2) в период с 1 июня по 30 августа в год достижения гражданами возраста 16 лет; 3) в период с 1 января по 31 марта в год достижения гражданами возраста 17 лет; 4) после окончания учебы и получения основного полного образования в период с 30 августа по 31 октября по достижении возраста 18 лет. 		ОК 06, ОК 07, ОК 08
12	<p>День защитника Отечества 23 февраля установлен в ознаменование:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) дня первой победы Красной Армии над кайзеровскими войсками Германии в 1918 году; 2) разгрома Советской Армией немецко – фашистских войск под Сталинградом в феврале 1943г; 3) снятия блокады Ленинграда в 1944 году; 4) победы советских войск над немецко – фашистскими захватчиками под Москвой в 1941г. 	1	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
13	<p>Выберите все правильные утверждения Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) кровь спокойно вытекает из раны; 2) кровь фонтанирует из раны; 3) кровь ярко-красного цвета; 4) кровь тёмно-красного цвета; 5) слабость 	1,4	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
14	<p>Выберите все правильные утверждения Как правильно наложить давящую повязку?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой; 2) обработать края раны вазелином или кремом; 3) прикрыть рану стерильной салфеткой, а на неё положить сложенный в несколько раз бинт; 4) наложить жгут. 	1,3	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
15	<p>Что такое здоровый образ жизни?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Закон 2) Правила поведения 3) Система привычек 	3	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
16	<p>Что такое отдых?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Только состояние полного покоя, когда лежишь и ничего не делаешь. 2) Когда занимаешься тем, чем хочешь. 3) Состояние покоя или активной деятельности, ведущее к восстановлению сил и работоспособности. 	3	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
17	<p>В следствии чего люди становятся жертвами насилия?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Собственной беспечности и незнания правил личной безопасности 2) В связи с увеличением уровня преступность 3) Из-за низкой самооценки 	1	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
18	<p>Как безопаснее всего идти по дороге домой в темное время?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. По краю тротуара навстречу движению 2. По краю тротуара по ходу движения 3. Переулками 	1	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08

19	<p>Что необходимо сделать после получения сигнала «Внимание всем!»?</p> <p>1) Бежать в бомбоубежище</p> <p>2) Позвонить 01</p> <p>3) Включить радио или телевизионные приёмники</p>	3	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
20	<p>Что является непосредственной причиной возникновения инфекционной болезни?</p> <p>1) Половой контакт</p> <p>2) Нарушение гигиены</p> <p>3) Внедрение в организм человека болезнетворных возбудителей</p>	3	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
21	<p>Что такое инкубационный период болезни?</p> <p>1) Промежуток времени от момента заражения до появления первых клинических симптомов заражения</p> <p>2) Промежуток времени когда болезнь менее выражена</p> <p>3) Процесс заражения человека</p>	1	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
22	<p>Что будет в случае осуществления средством массовой информации экстремистской деятельности?</p> <p>1) Деятельность средства массовой информации может быть прекращена</p> <p>2) Все сотрудники компании будут осуждены в соответствии с законом</p> <p>3) Конкретный сотрудник, осуществивший распространение запрещенной информации будет осужден в соответствии с законом</p>	1	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
23	<p>Что не допускается при проведении массовых акций?</p> <p>1) Использование плакатов</p> <p>2) Использование символики или атрибутики экстремистских организаций</p> <p>3) Нахождение там</p>	2	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
24	<p>Как погасить горящую на себе одежду?</p> <p>1) Бежать как можно быстрее</p> <p>2) Не трогать одежду, она сама прогорит</p> <p>3) Кататься по земле из стороны в сторону</p>	3	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08

ЗАДАНИЯ ОТКРЫТОГО ТИПА

№	Задание	Ключ	Компетенция
1	Способность организма распознавать вторжение чужеродного материала и мобилизовать клетки и образуемые ими вещества на более быстрое и эффективное удаление этого материала», это-	иммунитет	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
2	Влияют ли биологические факторы (наследственность) на здоровье человека?	да	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
3	Обстановка на определенной территории, которая сложилась в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного бедствия и может повлечь или	чрезвычайная ситуация	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08

	повлекла за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной среде - это		
4	Установленный законом долг граждан нести службу в рядах Вооруженных Сил и выполнять другие обязанности, связанные с обороной страны	воинская обязанность	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
5	Толчкообразные колебания стенок артерий, связанные с сердечными циклами - это	пульс	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
6	Комплекс простейших медицинских мероприятий, выполняемых непосредственно на месте поражения или вблизи него в порядке само- и взаимопомощи, а также участниками аварийно-спасательных работ	первая медицинская помощь	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
7	Обстановка на определённой территории, сложившаяся в результате аварии или катастрофы, которые могут повлечь за собой ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности. Укажите характер этой чрезвычайной ситуации	техногенный	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
8	Как называется предприятие, где хранят, перерабатывают, используют или транспортируют опасные химические вещества и при аварии на которых может произойти гибель людей или химическое загрязнение окружающей среды?	Химически опасный объект	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
9	Морские волны, возникающие при подводных и прибрежных землетрясениях	Цунами	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
10	Что обозначает слово <i>terror</i> с латинского языка, от которого произошло слово «терроризм»?	Страх, ужас	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
11	Сколько минут плащи и накидки из прорезиненной ткани защищают кожу от опасных веществ	10	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08
12	Действия по спасению людей, материальных и культурных ценностей, защите природной среды в зоне чрезвычайных ситуаций, локализации чрезвычайных ситуаций и подавлению (или доведению до минимально возможного уровня) воздействия характерных для них опасных факторов	Аварийно-спасательные работы	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08

3. Комплект материалов для оценки сформированности знаний и умений в ходе освоения учебного предмета

Примерные темы для опроса

Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения

1. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

2. Факторы, способствующие укреплению здоровья.

3. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. 4. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья.

5. Режим дня, труда и отдыха.

6. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека.

7. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды.

8. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.

9. Влияние на здоровье человека, социальные последствия. Профилактика наркомании.

Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от ЧС.

2. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.

3. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.

4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений.

5. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.

6. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.

Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность

1. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества.

2. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Виды воинской деятельности и их особенности.

3. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника.

4. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

Раздел 4. Основы медицинских знаний

1. Понятие первой помощи.

2. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.

3. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».

4. Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях.

5. Правила наложения повязок различных типов.

6. Первая помощь при травмах различных областей тела.

7. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа.

8. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга.

9. Первая помощь при переломах.

10. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.

Глобальная угроза и безопасность

Генофонд и моё будущее - почему это важно.

Глобальные проблемы - мировые конфликты и их влияние на безопасность граждан России.

«Жаворонки» и «совы».

Здоровый образ жизни - за и против.

Инфекционные заболевания и способы защиты от них.

Микромир. Взаимодействие человека с микромиром.

Проблемы воспитания общественной культуры безопасности.

Современный комплекс проблем безопасности.

Как выживал в условиях автономии Робинзон Крузо.

Важность и необходимость здорового образа жизни.

Взаимодействие человека и среды обитания.

Информационное превосходство как фактор выживания в 21 веке.

Информационное воздействие на человека и общество.

Борьба с электромагнитным терроризмом.

Вредные факторы, влияющие на здоровье.

Глобальное потепление и природные чрезвычайные ситуации.

Примерные тесты

1. Первая медицинская помощь при травме

а) рану обработать перекисью водорода; обеспечить покой, при боли дать обезболивающее, наложить давящую повязку, вызвать скорую

б) из раны удалить инородные тела, обработать спиртом и зеленкой; наложить ватно-марлевую повязку, иммобилизовать шиной

в) вызвать скорую, провести иммобилизационные мероприятия, рану обработать спиртом или водой, наложить ватно-марлевую повязку, если необходимо наложить шину.

2. Первая медицинская помощь при обмороке

а) положить на бок, расстегнуть воротник, обеспечив приток свежего воздуха, дать пострадавшему нашатырный спирт, дать горячего сладкого чая.

б) уложить пострадавшего на пол, расстегнуть воротник, обеспечить доступ свежего воздуха, дать нашатырь, при отсутствии дыхания провести комплекс мероприятий по искусственному дыханию.

в) уложить на спину с откинутой головой назад, расстегнуть воротник, поднести к носу вату с нашатырным спиртом, обрызгать холодной водой лицо, согреть ноги.

3. Первая медицинская помощь при клинической смерти

а) уложить на пол, повернуть голову назад, выдвинув вперед нижнюю челюсть, удалить инородные предметы. Провести комплекс мероприятий по искусственному дыханию. Вызвать скорую.

б) уложить больного на ровную поверхность, положить ладонь на лоб. Расстегнуть воротник, обеспечив приток свежего воздуха, обрызгать холодной водой лицо. Начать проведение массажа.

в) уложить на пол, запрокинуть голову назад, выдвинув вперед нижнюю челюсть и приподняв подбородок, удалить съемные протезы и инородные предметы. При отсутствии дыхания зажать нос и вдуть в рот с частотой 10-12 дыханий в минуту. Провести закрытый массаж сердца.

4. Первая медицинская помощь при кровотечениях:

а) Остановка кровотечения путем перевязки, сдавливания и перетягивания мест кровотечения

б) Пальцевое прижатие или прижатие иным способом артерии на протяжении, т.е. не в области раны, а выше в доступных местах вблизи кости или под ней.

в) Остановка кровотечения путем перетягивания жгутом выше места кровотечения.

5. Первая медицинская помощь при открытых переломах:

а) Рану обработать перекисью водорода; обеспечить покой, при боли дать обезболивающее, наложить давящую стерильную повязку, вызвать скорую

б) Рану в области перелома обработать спиртом и зеленкой; наложить ватно-марлевую повязку, иммобилизовать шиной. Вызвать скорую.

в) На рану наложить стерильную повязку. Ввести обезболивающее. Наложить жгут при кровотечении. Транспортировать в больницу на носилках

6. Что такое здоровый образ жизни?

а) отказ от вредных привычек - употребления алкоголя, табакокурения, наркотиков.

б) индивидуальная система привычек и поведения человека, обеспечивающая ему необходимый уровень жизнедеятельности и здоровое долголетие.

в) комплекс знаний о здоровье человека

7. Какие из перечисленных факторов оказывают наибольшее влияние на индивидуальное здоровье человека?

а) биологические

б) окружающая среда

в) физические

г) служба здоровья

д) культурные

е) индивидуальный образ жизни

8. Укажите время наивысшей работоспособности человека в соответствии с суточными биологическими ритмами

а) с 8 до 10 часов

б) с 10 до 12 часов

в) с 12 до 14 часов

г) с 14 до 16 часов

д) с 16 до 18 часов

е) с 18 до 20 часов

ж) с 20 до 22 часов

9. Утомление это:

а) долговременное снижение работоспособности

б) систематическое ухудшение производственных показателей

в) временное снижение работоспособности

г) регулярное нарушение функций организма

10. Укажите субъективные показатели самоконтроля в индивидуальной системе здорового образа жизни

а) самочувствие

б) работоспособность

в) частота сердечных сокращений

г) сон

д) артериальное давление

е) аппетит

11. Если землетрясение застало человека дома, то ему необходимо:
 - а) срочно покинуть здание, используя лифт;
 - б) быстро выйти на балкон;
 - в) подойти к окну и посмотреть, что происходит на улице;
 - г) укрыться в безопасном месте.
12. Укажите последовательность действий при угрозе схода оползня.
 - а) закрыть окна, двери, вентиляционные отверстия;
 - б) вынести из дома мусор и опасные химические вещества;
 - в) включить телевизор (радио) и прослушать сообщение и рекомендации;
 - г) выключить электричество, газ, воду, погасить огонь в печи;
 - д) перенести ценное имущество в дом и укрыть его от влаги;
 - е) выйти из дома и перейти в безопасное место.
13. Безопасными местами в доме при внезапном урагане, смерче или буре являются:
 - а) места вблизи окон, чтобы можно было наблюдать за обстановкой на улице;
 - б) ниши в стенах;
 - в) дверные проемы в капитальных стенах;
 - г) балконы и лоджии;
 - д) встроенные шкафы;
 - е) под прочными полками.
14. Какие из перечисленных мероприятий надо выполнить при пожаре в здании?
 - а) сообщить в пожарную охрану;
 - б) покинуть здание, используя лифт;
 - в) двигаться в сторону, противоположную пожару;
 - г) покинуть здание через незадымленный выход;
 - д) покинуть здание, прыгнув с балкона или из окна любого этажа.
15. Что надо делать при аварии на радиационно-опасном объекте, если нет индивидуальных средств защиты?
 - а) подойти к окну и посмотреть, что делается на улице;
 - б) вынести скоропортящиеся продукты и мусор;
 - в) включить телевизор (радио), прослушать сообщение и рекомендации;
 - г) закрыть окна и двери;
 - д) загерметизировать помещение;
 - е) приобрести в ближайшем магазине необходимые продукты для создания резерва;
 - ж) защитить продукты питания;
 - з) сделать запас воды;
 - и) провести йодную профилактику;

- к) ждать дальнейшую информацию и указания.
16. Что делать человеку, оказавшемуся в зоне лесного пожара?
- а) двигаться под прямым углом к направлению распространения огня;
 - б) быстро выходить из зоны пожара в любом направлении;
 - в) при сильном задымлении двигаться пригнувшись, дышать через мокрую ткань;
 - г) если возможно, окунуться в ближайшем водоеме;
 - д) попытаться обогнать лесной пожар.

Примерные задания для промежуточной аттестация в виде зачета с оценкой

1 вариант

1. Для какой части света характерна максимальная численность населения:
 - а) Европа б) Азия в) Америка г) Африка
2. Какая часть света имеет наибольшую ресурсообеспеченность пресной водой
 - а) Австралия б) Африка в) Америка г) Европа
3. какое перечисленное государство является однонациональным?
 - А) Япония б) Аргентина в) Украина г) Россия
4. Назовите 10 крупнейших городов –агломераций мира с населением более 10 млн.человек
5. Основные центры мирового хозяйства – это....
6. В «большую семерку» не входит страна
 - а) Китай б) Япония в) Великобритания г) Канада
7. Установите соответствие между странами-лидерами и продукцией:

А. Китай	1. Электроэнергия
Б. Саудовская Аравия	2. Судостроение
В. США	3. Нефть
Г. Япония	4. Сталь
8. Какое утверждение об изменениях в природной среде под влиянием хозяйственной деятельности человека является верным?
 - а) Строительство водохранилищ приводит к понижению уровня грунтовых вод.
 - б) Перевод ТЭС с газа на мазут уменьшает количество вредных выбросов в атмосферу.
 - в) Сведение лесов в долинах рек уменьшает смыв почв.
 - г) В городах 60-70% атмосферного загрязнения дает автомобильный транспорт.
9. В чем разница между развитыми странами и развивающимися?
10. Назовите основные причины «демографических кризисов» в мире.

Какие меры предпринять для уменьшения их проявления на планете?

Ответы на тесты

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
б	в	а	Токио Джакарта Сеул Дели Шанхай Манила Карачи Нью-Йорк Сан-Паулу Мехико	США, Япония, Европа	а	А-4 Б-3 В-1 Г-2	г	В уровне социально-экономического развития	Снижение уровня жизни населения; войны; эпидемии; ; изменение менталитета

2 вариант

1. Какой минеральный ресурс добывают в Мексиканском, Гвинейском и Персидском заливах:

а) каменная соль б) уголь в) нефть г) олово

2. Какая часть света имеет наименьшую ресурсообеспеченность пресной водой

а) Австралия б) Америка в) Азия г) Европа

3. Какое перечисленное государство является однонациональным?

А) Мексика б) Индия в) Индонезия г) Южная Корея

4. Дайте определение терминам «НТР», «Мировое хозяйство».

5. Назовите страны «Большой 7» и их столицы – это....

6. Дайте определение понятия «Демография».

7. Для какого моря наиболее характерно нефтяное загрязнение?

а) Восточно-Сибирского б) Северного в) Лаптевых г)

Берингово

8. Какие три особенности характерны для развития современного мирового хозяйства?

а) Использование достижений «зеленой революции» во всех странах мира.

б) Повышение наукоемкости производства в экономически развитых странах.

в) Уменьшение доли грузоперевозок, осуществляемых морским транспортом.

г) Сокращение объемов производства сплавов легких металлов.

9. В чем разница между развитыми странами и развивающимися?

10. Назовите основные особенности размещения населения в мире.

Ответы на тест

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
в	а	г	НТР-коренное качественное преобразование производительных сил, качественный скачок в структуре и динамике развития производительных сил Мировое хозяйство-исторически сложившаяся совокупность всех экономик стран мира	США-Вашингтон Япония-Токио Германия-Берлин Великобритания-Лондон Франция-Париж Италия-Рим Канада-Оттава	Наука о населении	б	А,б,в	В уровне социального-экономического развития	Большая часть населения тяготее к равнинным территориям; проживает в городах; в развивающихся странах Азии