

**Фонд оценочных средств по учебной дисциплине**  
**ОУД.07. Основы безопасности жизнедеятельности**  
профессия 43.01.09 Повар,кондитер

Бохан

2019

Рассмотрен и одобрен  
на заседании МК  
Руководитель МК \_\_\_\_\_  
Барлукова М.В.  
Протокол № \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019г

Фонд оценочных средств (далее - ФОС) разработан на основе  
Федерального государственного образовательного стандарта среднего  
профессионального образования по профессии 43.01.09 Повар, кондитер и  
рабочей программы учебной дисциплины «Основы безопасности  
жизнедеятельности».

**Организация** – **Разработчик:** Государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение Иркутской области  
«Боханский аграрный техникум».

**Разработчики:**

Манталаев Леонтий Викторович, преподаватель  
Ф.И.О. \_\_\_\_\_ ученая степень, звание, должность

## **1.Пояснительная записка**

ФОС по учебной дисциплине является неотъемлемой частью нормативно - методического обеспечения системы оценки качества освоения студентами образовательной программы среднего профессионального образования и обеспечивает повышение качества образовательного процесса колледжа.

ФОС по дисциплине представляет собой совокупность контролирующих материалов, предназначенных для измерения уровня достижения студентом установленных результатов обучения.

ФОС по дисциплине используется при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов.

Оценка качества подготовки обучающихся и выпускников осуществляется в двух основных направлениях: оценка уровня освоения учебных дисциплин; оценка компетенций обучающихся. Для юношей предусматривается оценка результатов освоения основ военной службы.

Оценка качества освоения ОПОП включает текущий контроль знаний и промежуточную аттестацию обучающихся.

Целью создания ФОС является установление соответствия уровня подготовки обучающихся требованиям ФГОС по соответствующей профессии, специальности.

Задачи ФОС:

- ☐ контроль и управление процессом приобретения необходимых знаний, умений, практического опыта и уровня сформированности компетенций, определённых в ФГОС по соответствующей профессии, специальности;
- ☐ оценка достижений обучающихся в процессе изучения учебной дисциплины, профессионального модуля с целью планирования предупреждающих/корректирующих мероприятий;
- ☐ обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрения инновационных методов в образовательный процесс.

## 2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке

| Результаты обучения<br>(освоенные умения, усвоенные знания)                                                                            | Основные показатели оценки результатов                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| У1 владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера                                     | Знание алгоритма действий при возникновении ЧС природного и техногенного характера                                                                                                 |
| У2 пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты                                                                        | Пользование средствами защиты (на время и правильность)                                                                                                                            |
| У3 оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе                    | Характеристика основных путей подготовки к военной службе. Формирование положительного отношения к военной службе                                                                  |
| З1 Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности                                | Рациональное питание, физическая активность, закаливание, отказ от вредных привычек, личная гигиена, рациональная организация труда, отдыха и сна, культура межличностного общения |
| З2 потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для района проживания                     | Классификация ЧС природного и техногенного характера, безопасность в общественных местах, уголовная ответственность несовершеннолетних, автономное существование                   |
| З3 основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера | Прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные и другие неотложные работы, обучение населения способам защиты                                           |
| З4 основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан                                           | Стратегия национальной безопасности на период до 2020 года. ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»                                                                           |
| З5 порядок первоначальной постановки граждан на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу             | Сроки постановки на воинский учет, комиссия по постановке граждан на воинский учет, обязанности граждан по воинскому учету, категории годности к военной службе                    |
| З6 состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации                                                                        | Виды, рода Вооруженных Сил, рода войск и их предназначение, реформы Вооруженных Сил                                                                                                |
| З7 основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в               | Обязательная и добровольная подготовка к военной службе, общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих, обязанности граждан по воинскому учету,                      |

|                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| запасе                                                                                                                                              | льготы и ответственность военнослужащих                                                                                                                             |
| 38 основные виды военно-профессиональной деятельности, особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной военной службы | Военно-учетные специальности, сроки прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы, освобождения и отсрочки от военной службы |
| 39 требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника                                                                   | Любовь к Родине, высокая дисциплина, верность воинскому долгу, моральные, индивидуально-психологические и профессиональные качества, психологическая совместимость  |
| 310 предназначение, структуру и задачи РСЧС                                                                                                         | Цель, задачи, структура управления и организации, проведение основных мероприятий РСЧС                                                                              |
| 311 предназначение, структуру и задачи гражданской обороны                                                                                          | Цель, задачи, структура управления и организации, проведение основных мероприятий ГО, ГО на объектах народного хозяйства                                            |

### 3. Распределение оценивания результатов обучения по видам контроля

| Наименование элемента умений или знаний                                                                                                             | Виды аттестации                                       |                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------|
|                                                                                                                                                     | Текущий контроль                                      | Промежуточная аттестация |
| У1 владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера                                                  | Практическое занятие                                  | Экзамен                  |
| У2 пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты                                                                                     | Практическое занятие                                  | Экзамен                  |
| У3 оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе                                 | Практическое занятие, устный опрос, письменные работы | Экзамен                  |
| 31 Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности                                             | Сочинение                                             | Экзамен                  |
| 32 потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для района проживания                                  | Контрольная работа                                    | Экзамен                  |
| 33 основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера              | Контрольная работа, семинарское занятие               | Экзамен                  |
| 34 основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан                                                        | Устный опрос                                          | Экзамен                  |
| 35 порядок первоначальной постановки граждан на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу                          | Контрольная работа                                    | Экзамен                  |
| 36 состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации                                                                                     | Контрольная работа                                    | Экзамен                  |
| 37 основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе                     | Устный опрос, контрольная работа                      | Экзамен                  |
| 38 основные виды военно-профессиональной деятельности, особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной военной службы | Практическая работа, устный опрос                     | Экзамен                  |
| 39 требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника                                                                   | Устный опрос, контрольная работа                      | Экзамен                  |
| 310 предназначение, структуру и задачи РСЧС                                                                                                         | Тестирование                                          | Экзамен                  |
| 311 предназначение, структуру и задачи гражданской обороны                                                                                          | Тестирование                                          | Экзамен                  |

#### 4. Распределение типов контрольных заданий по элементам знаний и умений текущего контроля

| Содержание учебного материала по программе УУД                                                                                                                                              | Код оценочного средства |     |    |      |      |    |    |    |     |    |    |    |      |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----|----|------|------|----|----|----|-----|----|----|----|------|-----|
|                                                                                                                                                                                             | У1                      | У2  | У3 | З1   | З2   | З3 | З4 | З5 | З6  | З7 | З8 | З9 | З10  | З11 |
| Раздел 1. Государственная система обеспечения безопасности населения                                                                                                                        |                         |     |    |      |      |    |    |    |     |    |    |    |      |     |
| Тема 1.1. ЧС природного, техногенного и социального характера и правила поведения людей при их возникновении                                                                                | 7,16                    | 1,7 |    |      | 7    |    |    |    |     |    |    |    |      |     |
| Тема 1.2. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от ЧС                                              | 7                       |     |    |      |      | 7  |    |    |     |    |    |    |      |     |
| Тема 1.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС природного и техногенного характера (РСЧС)                                                                          |                         |     |    |      |      | 7  | 7  |    |     |    |    |    | 7,18 |     |
| Тема 1.4. Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий |                         |     |    |      | 7,16 |    |    |    |     |    |    |    |      |     |
| Тема 1.5. Государственные службы по охране здоровья и обеспечению безопасности населения.                                                                                                   |                         |     |    |      |      | 7  | 7  |    |     |    |    |    |      |     |
| Тема 1.6. Здоровье и здоровый образ жизни                                                                                                                                                   |                         |     |    | 7,10 |      |    |    |    |     |    |    |    |      |     |
| Контрольная работа                                                                                                                                                                          |                         |     |    | 20   |      |    |    |    |     |    |    |    |      |     |
| Раздел 2. Основы обороны государства и воинская обязанность                                                                                                                                 |                         |     |    |      |      |    |    |    |     |    |    |    |      |     |
| Тема 2.1. Основные положения Стратегии национальной безопасности РФ на период до 2020 года                                                                                                  |                         |     |    |      |      |    | 7  |    |     |    |    |    |      |     |
| Тема 2.2. История создания Вооруженных Сил России                                                                                                                                           |                         |     |    |      |      |    |    |    | 5,7 |    |    |    |      |     |
| Тема 2.3. Организационная структура Вооруженных Сил                                                                                                                                         |                         |     |    |      |      |    |    |    | 1,7 |    |    |    |      |     |
| Тема 2.4. Воинская обязанность                                                                                                                                                              |                         |     | 5  |      |      |    |    |    |     | 7  |    |    |      |     |





[illegible]

## **6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости**

### **Критерии оценки:**

**Оценка «отлично»** ставится, если обучающийся показал полный объем, высокий уровень и качество знаний по данным вопросам, владеет культурой общения и навыками научного изложения материала, устанавливает связь между теоретическими знаниями и способами практической деятельности; ясно, точно и логично отвечает на заданные вопросы.

**Оценка «хорошо»** ставится, если обучающийся логично и научно изложил материал, но недостаточно полно определяет практическую значимость теоретических знаний; не высказывает своей точки зрения по данному вопросу, не смог дать достаточно полного ответа на поставленные вопросы.

**Оценка «удовлетворительно»** ставится, если обучающийся при раскрытии вопроса допустил содержательные ошибки, не соотнес теоретические знания и собственную практическую деятельность, испытывает затруднения при ответе на большинство вопросов.

**Оценка «неудовлетворительно»** ставится, если обучающийся показал слабые теоретические и практические знания, допустил грубые ошибки при раскрытии вопроса, не смог ответить на заданные вопросы.

### **Тема 1.1. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и правила поведения людей при их возникновении**

1. Раскрыть основные понятия курса ОБЖ: потенциальная, реальная и реализованная опасности, происшествие, авария, катастрофа, чрезвычайная ситуация.
2. Привести примеры ЧС геологического, агрометеорологического, гидрологического характера.
3. Перечислить основные опасные места в учебном заведении.
4. Составить алгоритм действий при ЧС агрометеорологического характера
5. Перечислить правила поведения человека, оказавшегося в зоне лесного пожара.
6. Перечислить правила поведения людей при ЧС техногенного характера.
7. Составить алгоритм действий человека, оказавшегося в толпе.

8. Раскрыть основные способы определения сторон горизонта по природным признакам.
9. Раскрыть основные способы определения сторон горизонта по небесным светилам.
10. Перечислить способы добычи воды и еды в условиях автономного существования.

### **Практическое занятие 1.**

Тема: Разработка памятки населению «Действия населения при чрезвычайных ситуациях природного характера»

Цель: Закрепление знаний в области обеспечения безопасности при ЧС природного характера

Задание: Разработать памятки для населения при ЧС природного характера (лесной пожар, землетрясение, обвал, оползень, наводнение, цунами, ураган, снежная и песчаная бури) по плану:

- а) понятие ЧС
- б) причины возникновения ЧС
- в) последствия ЧС
- г) правила поведения при ЧС
- д) профилактика ЧС

Время: 90 минут

Оборудование: учебники ОБЖ, ресурсы сети Интернет

### **Практическое занятие 2.**

Тема: Разработка памятки населению «Действия населения при чрезвычайных ситуациях техногенного характера»

Цель: Закрепление знаний в области обеспечения безопасности при ЧС техногенного характера

Задание: Разработать памятки для населения при ЧС техногенного характера (транспортные аварии, пожары, взрывы, выброс радиации, выброс химических веществ, гидродинамические аварии, аварии на коммунальных системах) по плану:

- а) понятие ЧС
- б) причины возникновения ЧС
- в) последствия ЧС
- г) правила поведения при ЧС
- д) профилактика ЧС

Время: 90 минут

Оборудование: учебники ОБЖ, ресурсы сети Интернет

### **Практическое занятие 3.**

Тема: Выработка единых подходов по обеспечению безопасности жилища.  
Цель: Выявление основных опасностей в современном жилище  
Задание: Используя материалы презентации определить опасности в современном жилище по отдельным помещениям (кухня, спальня, гостиная).  
Подготовить профилактические мероприятия по снижению уровня опасностей в жилище.  
Время: 45 минут  
Оборудование: презентация, учебники ОБЖ.

#### **Практическое занятие 4.**

Тема: Разработка памятки подростку на тему «Правила безопасного поведения в общественных местах»

Цель: Развитие профессиональных компетенций в области защиты от ЧС социального характера, совершенствование навыков обеспечения личной безопасности

Время: 45 минут

Оборудование: учебники ОБЖ

Задание на урок:

- а) работа в парах: составление памятки подростку по правилам безопасного поведения в общественных местах (1 вариант – на рынке и в магазине, 2 вариант – на дискотеке, 3 вариант – на авто и ж/д вокзале) б) выступление с предложениями перед группой  
в) подготовка предложений, которые недопустимо применять в общественных местах.

#### **Тема 1.2. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от ЧС**

1. Перечислить способы оповещения населения о возникновении ЧС.
2. Доказать необходимость мониторинга окружающей среды на вопрос возникновения ЧС.
3. Перечислить основные периоды обучения населения способам защиты от ЧС.

#### **Тема 1.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС природного и техногенного характера (РСЧС)**

1. Доказать необходимость существования РСЧС в настоящее время.
2. Раскрыть структуру РСЧС.

#### **Тема 1.4. Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий**

1. Перечислить основные правила безопасного поведения при обнаружении подозрительных взрывоопасных веществ.
2. Перечислить основные правила человека, оказавшегося в качестве заложника.
3. Составить алгоритм поведения человека, оказавшегося на территории боевых действий.

#### **Практическое занятие 5.**

Тема: Разработка памятки населению «Правила поведения при обнаружении подозрительных взрывоопасных предметов»

Цель: Развитие профессиональных компетенций в области защиты от ЧС социального характера, совершенствование навыков обеспечения личной безопасности

Время: 45 минут

Оборудование: учебники ОБЖ

Задание на урок:

- а) работа по вариантам: составление памятки по правилам безопасного поведения при обнаружении подозрительных взрывоопасных предметов в общественных местах (1 вариант – на рынке и в магазине, 2 вариант – на дискотеке, 3 вариант – в учебном заведении)
- б) выступление с предложениями перед группой
- в) подготовка предложений по профилактике взрывного терроризма.

#### **Практическое занятие 6.**

Тема: Разработка памятки населению «Правила поведения на территории боевых действий»

Цель: Развитие профессиональных компетенций в области защиты от ЧС социального характера, совершенствование навыков обеспечения личной безопасности

Время: 45 минут

Оборудование: учебники ОБЖ, раздаточный материал «Законы Мерфи»

Задание на урок:

- а) индивидуальная работа по правилам безопасного поведения на территории боевых действий.
- б) подготовка вариантов действий, недопустимых на территории боевых действий.

## **Тема 1.6. Здоровье и здоровый образ жизни**

1. Доказать влияние образа жизни на здоровье человека
2. Доказать влияние наследственности на здоровье человека
3. Доказать влияние окружающей среды на здоровье человека
4. Перечислить факторы, укрепляющие здоровье
5. Перечислить факторы, ухудшающие здоровье.

### **Практическое занятие 7-8.**

Тема: Характеристика действия факторов, укрепляющих и разрушающих здоровье

Цель: Закрепление знаний в области сохранения и укрепления здоровья.

Время: 90 минут

Оборудование: учебники ОБЖ

Задание на урок:

- а) дать комплексную характеристику влияния на здоровье человека нерационального питания, гиподинамии, вредных привычек, несоблюдения личной гигиены, нерациональной организации труда, отдыха и сна.
- б) подготовить программу профилактики нарушения здоровья среди несовершеннолетних.

### **Контрольная работа «Защита населения, территорий и ценностей от ЧС»**

Цель: определение уровня знаний по защите населения, территорий и ценностей от ЧС.

#### *1 вариант*

**1. В какой последовательности вы будете действовать, если, находясь дома, неожиданно почувствовали толчки, дребезжание стекол, посуды, а времени, чтобы выбежать из здания, нет:**

- а) отключите электричество, газ, воду, отойдете от окон и предметов мебели, которые могут упасть, займете безопасное место в проеме дверей;
- б) позвоните в аварийную службу, отключите электричество, газ, воду, займете место у окна;
- в) закроете окна и двери и займете безопасное место в шкафу.

**2. Принцип работы одного из указанных приборов напоминает принцип действия смерча. Что это за прибор:**

- а) пылесос;
- б) утюг;
- в) газовая плита;
- г) холодильник.

**3. Основными признаками возникновения ураганов, бурь и смерчей являются:**

а) усиленная скорость ветра и резкое падения атмосферного давления; ливневые дожди и штормовой нагон воды; бурное выпадение снега и грунтовой пыли;

б) запах газа в районах, где этого раньше не отмечали; искрение близко расположенных электрических проводов; голубоватое свечение внутренней поверхности домов; вспышки в виде рассеянного света зарниц.

**4. Вы с семьей зимой едете в автомобиле. До ближайшего населенного пункта примерно 40 км. Внезапно началась снежная буря, дальнейшее движение невозможно. Что в этом случае должен делать водитель:**

а) медленно и осторожно выехать вперед с включенными фарами, попытаться доехать до ближайшего поселка, строения, где можно укрыться;

б) всем остаться в машине, водителю обозначить стоянку, укрыть двигатель со стороны радиатора, периодически прогревать двигатель и разгребать снег вокруг машины;

в) всем выйти из машины, водителю закрыть дверцы, идти до ближайшего поселка, населенного пункта пешком, в машине оставить записку.

**5. Одним из последствий наводнения является:**

а) нарушение сельскохозяйственной деятельности и гибель урожая;

б) взрывы промышленных объектов в результате действия волны прорыва;

в) возникновение местных пожаров, изменение климата.

**6. При внезапном приходе цунами вы решили остаться в здании. Из всех необходимых действий вы прежде всего должны:**

а) спуститься вниз, как можно ближе к выходу;

б) оставаться в прочном здании, по возможности на верхнем этаже;

в) укрыться в подвале.

**7. Если вы оказались в лесу, где возник пожар, то необходимо:**

а) оставаться на месте до приезда пожарных;

б) определить направление ветра и распространение огня и быстро выходить из леса в наветренную сторону;

в) определить направление ветра и распространение огня и быстро выходить из леса в подветренную сторону.

**8. При движении по зараженной радиоактивными веществами местности необходимо:**

а) периодически снимать средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи и отряхивать их от пыли, двигаться по высокой траве и кустарнику, принимать пищу и пить только при ясной безветренной погоде;

б) находиться в средствах индивидуальной защиты, избегать движения по высокой траве и кустарнику, без надобности не садиться и не прикасаться к местным предметам, не принимать пищу, не пить, не курить, не поднимать пыль и не ставить вещи на землю;

в) находиться в средствах индивидуальной защиты, периодически снимать их и отряхивать от пыли, двигаться по высокой траве и кустарнику, не принимать пищу, не пить, не курить, не поднимать пыль и не ставить вещи на землю.

**9. Последствиями аварий на химически опасных предприятиях могут быть:**

- а) разрушение наземных и подземных коммуникаций, промышленных зданий в результате действия ударной волны;
- б) заражение окружающей среды и массовые поражения людей, растений, животных АХОВ;
- в) резкое повышение или понижение атмосферного давления в зоне аварии и на прилегающей к ней территории.

**10. Причиной пожара в жилых зданиях может стать:**

- а) отсутствие первичных средств пожаротушения;
- б) неисправность внутренних пожарных кранов;
- в) неосторожное обращение с пиротехническими изделиями.

**11. Какие действия следует предпринять, если вы, например, находясь в магазине или торговом центре, обнаружили подозрительный бесхозный предмет, напоминающий по признакам самодельное взрывное устройство:**

- а) поднять его и вынести наружу, сообщить дежурному милиционеру или сотруднику службы безопасности;
- б) осмотреть его, и если признаки взрывного устройства подтвердились, срочно громко оповестить об этом окружающих;
- в) не подходить близко к нему, немедленно сообщить о находке в милицию, не позволять гражданам прикасаться к предмету и обезвреживать его.

**12. К поражающим факторам взрыва относятся:**

- а) высокая температура и волна прорыва;
- б) осколочные поля и ударная волна; в) сильная загазованность местности.

**13. Гидродинамические аварии - это:**

- а) аварии на химически опасных объектах, в результате которых может произойти заражение воды;
- б) аварии на гидродинамически опасных объектах, в результате которых могут произойти катастрофические затопления;
- в) аварии на пожаро-, взрывоопасных объектах, в результате которых может произойти взрыв.

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

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

**15. Если сигнал об угрозе нападения противника застал вас дома, необходимо:**

- а) оставаться дома, плотно закрыв окна и двери;
- б) быстро покинуть здание и спуститься в ближайшее убежище;
- в) покинуть здание и отойти от него на безопасное расстояние.

**16. К коллективным средствам защиты относятся:**



- а) убежища и противорадиационные укрытия; б) противогазы и респираторы;
- в) средства защиты кожи и респираторы на всех работников предприятия.

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

- а) от отравляющих веществ и высоких температур внешней среды при пожаре;
- б) от отравляющих, радиоактивных веществ и бактериальных средств;
- в) от радиоактивных веществ и бактериальных средств.

**18. К простейшим средствам защиты органов дыхания относятся:**

- а) фильтрующие гражданские и промышленные противогазы;
- б) ватно-марлевая повязка и противопыльная тканевая маска;
- в) фильтрующие детские, изолирующие противогазы и респираторы.

**19. Докажите, что здоровье человека зависит от наследственности.**

**20. Одним из составных компонентов здорового образа жизни является соблюдение личной гигиены. Докажите положительное влияние данного компонента на здоровье человека.**

*2 вариант*

**1. Признаками приближающегося землетрясения могут быть:**

а) голубоватое свечение внутренней поверхности домов, искрение близко расположенных (но не соприкасающихся) электрических проводов, запах газа в районах, где раньше этого не отмечалось, вспышки в виде рассеянного света зарниц;

б) резкое изменение погодных условий, самовоспламенение и самовозгорание горючих веществ и материалов, выпадение обильных осадков в виде дождя или снега;

в) короткое замыкание электросети, непонятный гул, качание люстры и дрожание стекол в окнах.

**2. Безопасные естественные укрытия на улице во время урагана и бури:**

- а) большие отдельно стоящие деревья, крупные камни; б) столбы, мачты, линии электропередачи; в) овраги, ямы, рвы, канавы, кюветы дорог.

**3. При внезапном возникновении урагана, бури, смерча вы должны:**

- закрыть двери и встать у оконных проемов, чтобы можно было увидеть окончание урагана, бури, смерча;

- отойти от окон, перейти в наиболее безопасное место, дожидаться снижения порыва ветра, перебраться в наиболее надежное укрытие;

- подняться на чердак, закрыть окна, переждать стихийное бедствие.

**4. При угрозе наводнения и получении информации о начале эвакуации населения необходимо быстро собраться и взять с собой:**

а) документ, удостоверяющий личность, водительские права, удостоверение или пропуск с места работы, сберегательную книжку, бланки квитанций на оплату квартиры;

б) однодневный запас продуктов питания, паспорт или свидетельство о рождении; комплект нижней одежды, средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи;

в) пакет с документами и деньгами, медицинскую аптечку, трехдневный запас продуктов, постельное белье, туалетные принадлежности, комплект верхней одежды и обуви.

**5. При заблаговременном оповещении о приближении цунами прежде всего необходимо:**

- а) включить телевизор, радио, выслушать сообщения и рекомендации;
- б) открыть окна и двери нижних этажей; в) выйти из здания и направиться как можно ближе к побережью.

**6. Действие цунами не опасно:**

- а) в открытом океане;
- б) на равнинных побережьях;
- в) на побережьях с пологим берегом; б) в открытых бухтах и заливах.

**7. Если вы оказались в зоне лесного пожара, то прежде всего необходимо:**

- а) накрыть голову и верхнюю часть тела мокрой одеждой и окунуться в ближайший водоем;
- б) не обгонять лесной пожар, а двигаться под прямым углом к направлению распространения огня;
- в) для преодоления недостатка кислорода пригнуться к земле и дышать через мокрый платок (одежду).

**8. Проникающая радиация может вызвать у людей:**

- а) лучевую болезнь;
- б) поражение центральной нервной системы;
- в) поражение опорно-двигательного аппарата.

**9. Выходить из зоны химического заражения следует:**

- а) перпендикулярно направлению ветра;
- б) по направлению ветра; в) навстречу потоку ветра.

**10. В каком из перечисленных примеров могут создаваться условия для возникновения процесса горения:**

- а) бензин + кислород воздуха;
- б) ткань, смоченная в азотной кислоте + тлеющая сигарета;
- в) гранит + кислород воздуха + пламя горелки.

**11. Наиболее тяжелые поражения при взрыве получают люди, находящиеся в момент прихода ударной волны:**

- а) вне укрытий в положении стоя;
- б) вне укрытий в положении лежа;
- в) вне укрытий в положении сидя или пригнувшись.

**12. В вагоне метрополитена кроме вас находится только спящий пассажир. Вы заметили в конце вагона оставленную кем-то коробку. Ваши действия:**

- а) открыть коробку и посмотреть, что там, а затем сообщить машинисту;

- б) выкинуть коробку в окно и сообщить об этом машинисту;
- в) сообщить машинисту, разбудить пассажира, удалиться в другой конец вагона и укрыться за сиденьями.

**13. Покрытие окружающей местности слоем воды, заливающей дворы, улицы населенных пунктов и нижние этажи зданий, - это:**

- а) затопление;
- б) паводок; в) подтопление.

**14. Находясь дома, вы вдруг слышите прерывистые гудки предприятий и машин. Ваши действия:**

- а) немедленно покинете помещение и спуститесь в убежище;
- б) плотно закроете все форточки и двери;
- в) немедленно включите телевизор, радиоприемник и будете слушать сообщение.

**15. Если сигнал об угрозе нападения противника застал вас в общественном месте, необходимо:**

- а) покинуть общественное место и отойти от него на безопасное расстояние;
- б) покинуть общественное место, попытаться доехать до дома и укрыться там;
- в) выслушать указание администрации о месте нахождения укрытия и быстро направиться туда.

**16. Противорадиационное укрытие защищает:**

- а) от ударной волны;
- б) от АХОВ;
- в) от радиоактивного заражения.

**17. Противогаз снимается по команде:**

- а) «Отбой!»;
- б) «Снять противогазы!»;
- в) «Газы!».

**18. Из предметов бытовой одежды наиболее пригодны для защиты кожи:**

- а) плащи и накидки из прорезиненной ткани или покрытые хлорвиниловой пленкой;
- б) любая верхняя одежда;
- в) короткие куртки, пиджаки.

**19. Докажите, что здоровье человека зависит от состояния окружающей среды.**

**20. Одним из компонентов здорового образа жизни является рациональное питание. Объясните роль рационального питания в поддержании и укреплении здоровья человека.**

1. Раскрыть ключевые реформы, определившие развитие Вооруженных Сил РФ:
  - а) реформы Ивана IV
  - б) реформы Петра I
  - в) реформы Д.А.Милютин
  - г) реформы Николая II
  - д) реформы 1905-1925 гг.
  - е) современные приоритеты развития ВС РФ

### **Тема 2.3. Организационная структура Вооруженных Сил**

1. Раскрыть структуру управления ВС РФ
2. Перечислить и определить задачи видов войск (СВ, ВКС, ВМФ)
3. Перечислить рода войск, входящие в состав СВ, ВКС, ВМФ и определить их предназначение
4. Доказать необходимость существования самостоятельных родов войск (ВДВ, РВСН)

### **Тема 2.4. Военная обязанность**

1. Раскрыть понятие «военная обязанность»
2. Дать понятие и раскрыть предназначение военного учета.
3. Перечислить обязанности граждан по военному учету
4. Раскрыть особенности категорий годности к военной службе
5. Перечислить порядок постановки на военный учет
6. Дать комплексную характеристику добровольной подготовки граждан к военной службе
7. Дать комплексную характеристику обязательной подготовки граждан к военной службе
8. Раскрыть обязанности военнослужащих
9. Определить порядок предоставления отсрочек и освобождения от военной службы
10. Назвать временные сроки контрактной службы
11. Перечислить условия подписания контракта
12. Перечислить условия и места для прохождения альтернативной гражданской службы
13. Анализ основных групп льгот военнослужащих:
  - льготы в области образования
  - льготы в области здравоохранения
  - жилищные и коммунальные льготы
  - транспортные льготы
  - почтовые льготы
  - льготы в области трудоустройства и др.
14. Характеристика видов ответственности военнослужащих

## **Тема 2.5. Военнослужащий – защитник своего Отечества**

### **Практическое занятие 11.**

Тема: Изучение и анализ особенностей исполнения обязанностей дневального по роте

Цель: Характеристика обязанностей дневального по роте

Время: 45 минут

Оборудование: общевойсковые уставы ВС РФ

Задание на урок: индивидуальная работа с уставом внутренней службы ВС РФ по определению действий дневального по обеспечению порядка, по действиям дневального в различных ситуациях

### **Практическое занятие 12.**

Тема: Изучение и анализ особенностей несения службы часовыми

Цель: Характеристика особенностей несения службы часовыми

Время: 45 минут

Оборудование: устав гарнизонной и караульной службы ВС РФ

Задание на урок: индивидуальная работа с уставом гарнизонной и караульной службы ВС РФ по определению действий часового при исполнении должностных обязанностей

## **Тема 2.6. Как стать офицером Российской армии**

1. Раскрыть основные этапы становление Российского военного образования
2. Перечислить требования для поступления в военные учебные заведения.

## **Тема 2.7. Боевые традиции Вооруженных Сил России**

1. Дать определение боевых традиций ВС и назвать главные из них.
2. На чем основан героизм?
3. Какие качества характерны для мужества воина.

### **Практическое занятие 13.**

Тема: Составление и заполнение таблицы «Классификация дней воинской славы России по историческим периодам»

Цель: Систематизация знаний по дням воинской славы России

Время: 45 минут

Оборудование: учебники ОБЖ

Задание на урок: заполнение таблицы

| День воинской славы | Дата | Противник | Итог битвы |
|---------------------|------|-----------|------------|
|                     |      |           |            |

## **Тема 2.8. Символы воинской чести**

1. Что такое боевое знамя воинской части
2. Каким образом хранят боевое знамя части
3. Что произойдет с воинской частью при утере боевого знамени
4. Чем отличается медаль от ордена (статус и внешний вид)

## **Тема 2.9. Ритуалы Вооруженных Сил**

1. Дать определение ритуала ВС
2. Раскрыть классификацию ритуалов боевой деятельности
3. Раскрыть классификацию ритуалов учебно-боевой деятельности
4. Раскрыть классификацию ритуалов повседневной деятельности
5. Рассказать процедуру вручения боевого знамени воинской части.

### **Практическое занятие 14.**

Тема: Отработка ритуала принятия военной Присяги военнослужащего ВС РФ

Цель: Познакомиться с церемонией принятия Военной присяги

Время: 45 минут

Оборудование: компьютер, мультимедиапроектор, экран.

Задание на урок:

- ☐ Самостоятельная работа с учебником («ОБЖ» Латчук: 11 кл., стр.155-157). 3 студентов читают Устав ВС РФ (стр.157 - 159)
- ☐ Совместная работа по рассмотрению истории возникновения военной присяги – работа по презентации.
- ☐ Просмотр видеоролика «Приведение к военной присяге».
- ☐ Отработка церемонии приведения к военной присяге: в правом ряду сдвигаются 2 первые парты. На одну из парт кладется красная папка с текстом военной присяги и списком группы. К доске вызываются 6 студентов, которые вооружаются макетами АКМ. Студенты на местах смотрят за правильностью выполнения церемонии и при необходимости вносят соответствующие поправки.

Рассматриваем несколько вариантов выхода из строя.

А) Студенты выстраиваются по росту в **1 шеренгу**. Далее, в соответствии с определенными командами преподавателя, один из студентов выходит к парте, зачитывает текст военной присяги и возвращается в строй.

Б) Студенты выстраиваются в **2 шеренги**. Отрабатываем выход из первой и второй шеренг.

В) Студенты выстраиваются в **2 колонны**. В случае, если к военной присяге приводят большое количество военнослужащих, то они выстраиваются в так называемые «коробки» (6 колонн по 6 человек в каждой). Отрабатываем вариант принятия присяги с выходом из «коробки».

## **Тема 2.10. Нормы ГТО**

### **Практическое занятие 15-16.**

Тема: Сдача нормативов ГТО по стрельбе из пневматической винтовки

Цель: Отработка практических действий по стрельбе из пневматической винтовки; сдача нормативов по стрельбе

Время: 90 минут

Оборудование: пневматические винтовки, мишени №7

Задание на урок:

- ☐ Инструктаж по технике безопасности при проведении пулевой стрельбы
- ☐ Сдача нормативов по стрельбе из пневматической винтовки.

### **Тема 2.11. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны**

1. Дать характеристику поражающих факторов ядерного оружия.
2. Составить комплексный план защиты от поражающих факторов ядерного взрыва.
3. Перечислить признаки применения химического оружия.
4. Дать комплексную характеристику боевых токсичных химических веществ (последствия для человека)
5. Разработать комплексный план защиты от химического оружия.
6. Раскрыть понятие и предназначение биологического оружия.
7. Разработать план защиты от бактерий, вирусов, грибов и риккетсий.
8. Письменные вопросы в тетрадях: «Самый страшный поражающий фактор ядерного оружия», «Почему существует опасность применения химического оружия».

### **Практическое занятие 17.**

Тема: Составление характеристики и последствий воздействия поражающих факторов ядерного взрыва

Цель: Разработка комплексного плана защиты от ядерного оружия

Время: 45 минут

Оборудование: учебники ОБЖ, компьютер, презентация, документальный фильм «Ядерное оружие»

Задание на урок:

- ☐ Просмотр документального фильма «Ядерное оружие» и краткое конспектирование материала по поражающим факторам и способам защиты от них
- ☐ Работа с учебником: изучение поражающих факторов ядерного взрыва и способов защиты от них

### **Практическое занятие 18.**

Тема: Составление характеристики и последствий воздействия химического и биологического оружия

Цель: Разработка комплексного плана защиты от химического и биологического оружия

Время: 45 минут

Оборудование: учебники ОБЖ

Задание на урок: работа с учебником: изучение поражающих факторов химического и биологического оружия и способов защиты от них.

### **Тема 2.12. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья**

1. Какие существуют психологические основы подготовки к военной службе?
2. Перечислите основные правила психического саморегулирования и самоанализа.  
Как можно преодолеть стрессовые ситуации во время военной службы?

### **Тема 2.13. Первая медицинская помощь при травмах и ранениях**

1. Перечислить виды и задачи первой медицинской помощи.
2. Дать понятие и раскрыть классификации ран (по глубине и характеру ранящего предмета).
3. Раскрыть признаки и способы оказания ПМП при капиллярном кровотечении.
4. Раскрыть признаки и способы оказания ПМП при венозном кровотечении.
5. Раскрыть признаки и способы оказания ПМП при артериальном кровотечении.
6. Дать понятие перелома, перечислить основные симптомы и составить алгоритм оказания ПМП.
7. Составить алгоритм оказания ПМП при травматическом шоке.
8. Дать краткую характеристику ушиба (понятие, причины, симптомы, ПМП).
9. Дать краткую характеристику растяжений и разрывов связок (понятие, причины, симптомы, ПМП).
10. Дать краткую характеристику вывиха (понятие, причины, симптомы, ПМП).
11. Перечислить периоды развития инфекции и дать их краткую характеристику.
12. Раскрыть основные пути и способы передачи инфекции.
13. Составить комплексный план профилактики инфекционных заболеваний в коллективе.

### **Практическое занятие 19.**

Тема: Определение порядка оказания ПМП при ранениях и кровотечениях

Цель: Изучить особенности оказания ПМП при ранениях и кровотечениях

Время: 45 минут

Оборудование: манекены, аптечки (жгуты, бинты, вата, перекись водорода, йод, зеленка), учебники ОБЖ, видеофильм «Оказание ПМП при ранениях и кровотечениях»



Задание на урок: используя материал фильма и учебника составить алгоритм оказания ПМП при ранениях и кровотечениях (капиллярном, венозном, артериальном).

### **Практическое занятие 20-21.**

Тема: определение алгоритма действий при проведении сердечно-легочной реанимации

Цель: выучить алгоритм проведения сердечно-легочной реанимации

Время: 90 минут

Оборудование: манекены сердечно-легочной реанимации «Александр» и «Максим», учебники ОБЖ

Задание на урок: используя материал учебника научиться проводить сердечно-легочную реанимацию.

## **7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации**

Основной формой проведения промежуточной аттестации является экзамен.

**Цель:** оценка уровня освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

**Форма дифференцированного зачета:** устный опрос.

**Критерии и нормы оценки:**

**Оценка «отлично»** ставится, если обучающийся показал полный объем, высокий уровень и качество знаний по данным вопросам, владеет культурой общения и навыками научного изложения материала, устанавливает связь между теоретическими знаниями и способами практической деятельности; ясно, точно и логично отвечает на заданные вопросы.

**Оценка «хорошо»** ставится, если обучающийся логично и научно изложил материал, но недостаточно полно определяет практическую значимость теоретических знаний; не высказывает своей точки зрения по данному вопросу, не смог дать достаточно полного ответа на поставленные вопросы.

**Оценка «удовлетворительно»** ставится, если обучающийся при раскрытии вопроса допустил содержательные ошибки, не соотнес

теоретические знания и собственную практическую деятельность, испытывает затруднения при ответе на большинство вопросов.

**Оценка «неудовлетворительно»** ставится, если обучающийся показал слабые теоретические и практические знания, допустил грубые ошибки при раскрытии вопроса, не смог ответить на заданные вопросы.

### **Теоретические вопросы**

1. Цель, задачи и предназначение курса ОБЖ.
2. Классификация чрезвычайных ситуаций природного происхождения.
3. Лесной пожар: понятие, причины возникновения, последствия, профилактика.
4. Землетрясение: понятие, причины возникновения, последствия, профилактика.
5. Ураган: понятие, причины возникновения, последствия, профилактика.
6. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного происхождения.
7. «Авария» и «Катастрофа»: определение понятия, различия, примеры.
8. Правила безопасного поведения при угрозе взрывного терроризма.
9. Здоровый образ жизни: понятие, основные составляющие и их краткая характеристика.
10. Здоровье: понятие, факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье.
11. История создания Вооруженных Сил России.
12. Организационная структура Вооруженных Сил России.
13. Виды и рода войск и их предназначение.
14. Военная обязанность. Военный учет и его предназначение.
15. Добровольная и обязательная подготовка граждан к военной службе.
16. Альтернативная гражданская служба: понятие, сроки, условия, места прохождения.
17. Прохождение военной службы по контракту.
18. Призыв на военную службу. Отсрочки от призыва. Освобождение от призыва на военную службу.
19. Ответственность военнослужащих.

20. Льготы военнослужащих.
21. Ритуалы Вооруженных Сил России. Принятие военной присяги.
22. Ядерное оружие: понятие, поражающие факторы, способы защиты.
23. Химическое оружие: понятие, поражающие факторы (виды боевых токсичных химических веществ), способы защиты.
24. Биологическое оружие: понятие, поражающие факторы, способы защиты.
25. Виды и предназначение первой медицинской помощи.
26. Раны: понятие, классификация, принципы оказания первой медицинской помощи.
27. Кровотечения: виды, признаки, способы остановки кровотечений.

### **Практические задания**

1. Определите вредные и травмирующие факторы (не менее 10) в своей будущей профессии.
2. Составьте план безопасного поведения при возникновении землетрясения.
3. Составьте план безопасного поведения человека, оказавшегося в зоне лесного пожара.
4. Разработайте комплексный план мероприятий по защите населенных пунктов от лесного пожара.
5. Разработайте комплексный план поведения человека при возникновении урагана.
6. Разработайте план предупреждения захвата заложников на предприятии.
7. Решите ситуационную задачу: «Гражданин Павел Н. оказался в качестве заложника. Трое террористов, вооруженных автоматами и пистолетами, захватили офис на втором этаже коммерческого здания. Как должен вести себя гражданин Павел Н. для сохранения собственного здоровья и жизни?»

8. Разработайте план предупреждения взрывного терроризма на предприятии.
9. Решите ситуационную задачу: «Вы, находясь в учебном заведении, обнаружили подозрительный предмет (коробку, сверток) без хозяина в коридоре. Каковы Ваши действия?»
10. Составьте список имущества, которое необходимо взять с собой при объявлении эвакуации из населенного пункта.
11. Рациональное питание является одним из основных компонентов здорового образа жизни. Составьте примерный рацион питания для студента на неделю.
12. Рациональное питание является одним из основных компонентов здорового образа жизни. Составьте примерный рацион питания для пожилого человека на один день.
13. Разработайте план мероприятий по профилактике вредных привычек среди учащихся школы.
14. Решите ситуационную задачу: «Вы являетесь отцом 12-летнего мальчика и заботитесь о состоянии его здоровья. Разработайте план мероприятий по сохранению и укреплению его здоровья».
15. Разработайте план мероприятий по формированию у подрастающего поколения установок на здоровый образ жизни.
16. Решите ситуационную задачу: «Николай М. родился в г.В-Устюг. При исполнении 17 лет он поступил на обучение в Тотемский политехнический колледж. Определите план действий данного гражданина в области воинской обязанности до отъезда в Тотьму и в Тотьме».
17. Расположите представленные воинские звания в порядке возрастания: майор, лейтенант, сержант, полковник, генерал-лейтенант, ефрейтор, старший прапорщик, капитан, рядовой, маршал РФ, старший лейтенант, старшина, младший сержант, прапорщик.
18. Выберите из предложенного списка корабельные воинские звания.

19. Соотнесите предложенные воинские звания войсковые и корабельные с точки зрения их равнозначности.
20. Постройте логическую цепочку по теме «Воинские звания военнослужащих РФ».
21. Составьте алгоритм приведения к военной присяге.
22. К средствам коллективной защиты работающего населения от оружия массового поражения относятся противорадиационные укрытия. Разработайте правила заполнения и поведения в противорадиационном укрытии на предприятии.
23. Разработайте алгоритм действий по защите населения и ценностей от поражающих факторов ядерного взрыва.
24. Разработайте алгоритм действий по защите населения и ценностей от поражающих факторов химического оружия.
25. Разработайте алгоритм действий по защите населения и ценностей от поражающих факторов биологического оружия.
26. Решите ситуационную задачу: «Кирилл Г. увлекается рыбалкой. В очередной раз, находясь на реке в одиночестве, он решил разжечь костер и прорубил топором себе внутреннюю часть левой стопы. Из раны густым потоком вытекает кровь темно-алого цвета. Определите вид кровотечения и составьте алгоритм оказания первой медицинской помощи».
27. Решите ситуационную задачу: «При работе с болгаркой лопают диск. Кусок диска ранит человека во внутреннюю часть верхней трети бедра. Из раны кровь бьет пульсирующим фонтаном ярко-алого цвета. Определите вид кровотечения и составьте алгоритм оказания первой медицинской помощи».