

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

рабочая программа

Специальность:

38.01.02 Продавец, контролер-кассир; 43.01.02 Парикмахер; 29.01.05
Закройщик; 19.01.07 Кондитер сахаристых изделий

Рассмотрена и одобрена

УТВЕРЖДАЮ

Предметно-цикловой комиссии
Протокол № _____

Зам. Директора по УПР
_____ Загородникова_Н,И.
« _____ » _____ 2018г.

от « _____ » _____ 2018г.

Председатель _____

Программа дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по профессиям начального профессионального образования (далее – НПО) для специальности 38.01.02 Продавец, контролер-кассир; 43.01.02 Парикмахер; 29.01.05 Закройщик; 19.01.07 Кондитер сахаристых изделий

Организация разработчик: ТОГБОУ СПО «Колледж торговли, общественного питания и сервиса.

Разработчик: Черкасов СИ, преподаватель - ОБЖ.

Содержание

1	Паспорт программы учебной дисциплины	6
2	Структура и содержание учебной дисциплины.....	10
3	Условия реализации учебной дисциплины	11
3.1.	Информационное обеспечение обучения	12
4	Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.....	13
5	Лист регистрации изменений.....	14

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Основы безопасности жизнедеятельности»

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью примерной основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальностям 38.01.02 Продавец, контролер-кассир; 43.01.02 Парикмахер; 29.01.05 Закройщик; 19.01.07 Кондитер сахаристых изделий

Программа учебной дисциплины может быть использована в программах дополнительного профессионального образования.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

П.00 Профессиональный цикл.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
- основы военной службы и обороны государства;

- задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;
- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;
- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальная учебная нагрузка обучающегося 108 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 72 часов;
- самостоятельной работы обучающегося 36 часов.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Объем часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	108
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	72
в том числе:	
лабораторные работы	–
практические занятия	--
контрольные работы	–
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено)</i>	–
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	36
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом) <i>(если предусмотрено)</i>	–
работа с информационными источниками	10
подготовка презентационных материалов	8
внеаудиторная самостоятельная работа	16
домашняя контрольная работа	2
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях		22	
Тема 1.1. Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасного поведения	Содержание учебного материала		
	1 Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасного поведения Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Правила поведения в ситуациях условиях криминогенного характера. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, её структура и задачи. Уголовная ответственность несовершеннолетних	8	
	Лабораторные работы	–	
	Практические занятия		
	Контрольные работы	–	
	Самостоятельная работа обучающихся	6	
	1. Выявление основных источников чрезвычайных ситуаций военного характера – современные средства поражения	2	
	2. Обоснование опасности поражающих факторов ядерного оружия	2	
	«ЧС природного и техногенного характера». Выбрать из предложенного списка любую чрезвычайную ситуацию природного, техногенного или военного характера. Дать характеристику по плану: 1. Определение. 2. Выдающиеся случаи данной чрезвычайной ситуации в мире и на территории Российской Федерации. 3. Причины возникновения и этапы протекания. 4. Классификация. 5. Поражающие факторы чрезвычайной ситуации. 6. Последствия выбранной ЧС. 7. Предупреждение и ликвидация ЧС. 8. Правила поведения в случае возникновения ЧС.	2	

1	2	3	4
Тема 1.2. Гражданская оборона – составная часть оборонеспособности страны	Содержание учебного материала		
	1 Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Средства индивидуальной защиты. Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применения современных средств поражения. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.	14	2
	Лабораторные работы	–	
	Практические занятия		
	Контрольные работы	–	
	Самостоятельная работа обучающихся	8	
	1. Работа с информационными источниками: Федеральный закон от 21 декабря 1994 №68 ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера» 2. Работа с информационными источниками: Федеральный закон от 12.02.1998 N 28-ФЗ "О гражданской обороне"	2 2	
	3 Изучение порядка эвакуации населения в мирное и военное время.	2	
	4. Подготовка презентационных материалов по теме: «Основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики»	2	

1	2	3	4
Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни		6	
Тема 2.1. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	Содержание учебного материала		
	1 Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний Сохранение и укрепление здоровья – важная забота каждого человека и всего общества Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	2	2
	Лабораторные работы	–	
	Практические занятия	--	
	Контрольные работы	–	
	Самостоятельная работа обучающихся	2	
Тема 2.2. Основы здорового образа жизни	1. Подготовка презентационных материалов на тему: «Факторы, разрушающие здоровье и их профилактика»	2	
	Содержание учебного материала		
	1 Основы здорового образа жизни Здоровый образ жизни и его составляющие. Культура питания. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Режим труда и отдыха, хороший сон – составляющие здорового образа жизни. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	4	2
	Лабораторные работы	–	
	Практические занятия	--	
	Контрольные работы	–	
	Самостоятельная работа обучающихся	6	
	1 Реферативная работа на тему: «Профилактика злоупотребления психоактивных веществ»	2	
2 Домашняя контрольная работа: «Общие правила оказания первой медицинской помощи»	4		

1	2	3	4
Раздел 3. Основы военной службы		17	
Тема 3.1. Вооруженные силы Российской Федерации – защитники нашего отечества и его национальных интересов.	Содержание учебного материала		
	1 Вооруженные силы Российской Федерации – защитники нашего отечества и его национальных интересов. Родина и её национальная безопасность. История создания и развития Вооружённых сил России. Состав Вооружённых сил Российской Федерации.	3	2
	Лабораторные работы	–	
	Практические занятия	--	
	Контрольные работы	–	
	Самостоятельная работа обучающихся	4	
	1. Работа с информационными источниками: Указ Президента РФ от 12.05.2009 N 537 "О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года"	2	
2. Определение порядка взаимодействия Вооруженных Сил России и других войск	2		

1	2	3	4
Тема 3.2. Боевые традиции Вооружённых сил России.	Содержание учебного материала		
	1 Боевые традиции Вооружённых сил России. Патриотизм, верность воинскому долгу - неотъемлемые качества русского воина, основа героизма. Память поколений – дни воинской славы России. Дружба и воинское товарищество – основа боевой готовности войск.	6	2
	Лабораторные работы	–	
	Практические занятия	--	
	Контрольные работы	–	
	Самостоятельная работа обучающихся	2	
	1. Работа с информационными источниками: Федеральный закон от 27.05.1998 N 76-ФЗ "О статусе военнослужащих"	2	
	2. Изучение требований Дисциплинарного устава Вооружённых Сил Российской Федерации	2	
Тема 3.3. Символы воинской чести.	Содержание учебного материала		
	1 Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Ритуалы Вооружённых сил Российской Федерации.	4	2
	Лабораторные работы	–	
	Практические занятия	--	
	Контрольные работы	–	
	Самостоятельная работа обучающихся	2	
	1. Подготовка презентационных материалов на тему: «Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации» «Дни воинской Славы»	2	
	2. Работа с информационными источниками: «Положение о Боевом знамени Вооруженных Сил Российской Федерации»	2	

1	2	3	4
Раздел 4. Основы военной службы		25	
Тема 4.1. История военной службы.	Содержание учебного материала 1 История военной службы. Войны в истории человечества и России. Военная служба – особый вид государственной службы. Исполнение обязанностей военной службы. Организация обороны Российской Федерации Лабораторные работы Практические занятия Контрольные работы Самостоятельная работа обучающихся	3	2
Тема 4.2. Воинская обязанность.	Содержание учебного материала 1 Воинская обязанность. Основные сведения о воинской обязанности. Организация воинского учета и его предназначение. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе. Освидетельствование граждан при первоначальной подготовке на воинский учет. Организация прохождения профессионального психологического отбора при первоначальной постановке на учёт. Организация призыва на воинскую службу. Ответственность граждан по вопросам призыва. Прохождение военной службы по призыву. Лабораторные работы Практические занятия Контрольные работы Самостоятельная работа обучающихся	6	2

1	2	3	4
Тема 4.3. Особенности военной службы.	Содержание учебного материала		
	1 Особенности военной службы. Общевоинские уставы Вооружённых сил РФ – закон воинской жизни. Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Воинские звания военнослужащих ВС Российской Федерации. Военная форма одежды.	4	2
	Лабораторные работы	–	
	Практические занятия	--	
	Контрольные работы	–	
Тема 4.4. Правовые основы военной службы.	Содержание учебного материала		
	1 Правовые основы военной службы. Социальная защита военнослужащих. Статус военнослужащего. Правовая защита военнослужащих и членов их семей. Статус военнослужащего. Правовая защита военнослужащих и членов их семей. Прохождение военной службы по контракту. Прохождение службы военнослужащими - женщинами. Права и ответственность военнослужащих.	6	
	Лабораторные работы	–	
	Практические занятия	--	
	Контрольные работы	–	
	Самостоятельная работа обучающихся	2	
1. Подготовка презентационных материалов по теме: «Основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики»	2		

1	2		3	
Тема 4.5. Военнослужащий – защитник своего отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых сил России.	Содержание учебного материала			
	1	Военнослужащий – защитник своего отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых сил России. Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества. Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Виды воинской деятельности. Требования, предъявляемые к морально - этическим, психологическим и профессиональным качествам призывника. Взаимоотношения в воинском коллективе. Воинская дисциплина. Офицер Российской армии. Требования, предъявляемые к офицеру военной службы. Военные образовательные учреждения профессионального образования. Международная миротворческая деятельность Вооружённых сил РФ.	7	
	Лабораторные работы		–	
	Практические занятия		--	
	Контрольные работы		–	
Самостоятельная работа обучающихся				
Раздел 5. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.			6	
Тема 5.1. Основы здорового образа жизни	Содержание учебного материала			
	1	Основы здорового образа жизни Правила личной гигиены. Нравственность и здоровье. Заболевания, передаваемые половым путем Психологическое состояние человека и причины самоубийств. Семья в современном обществе. Законодательство о семье.	2	
	Лабораторные работы		–	
	Практические занятия		--	
	Контрольные работы		–	
Самостоятельная работа обучающихся				

1	2		3	
Тема 4.6. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи.	Содержание учебного материала			
	1	Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи. Первая помощь при острой сердечной недостаточности, ранениях и травмах. Экстренная реанимационная помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания	3	
	Лабораторные работы		–	
	Практические занятия		--	
	Зачёт		1	
Самостоятельная работа обучающихся		4		
	Разработать профилактические меры по предупреждению травм, ушибов, вывихов растяжений. Тренировка накладывания повязок. Перечислить бытовые ситуации и ситуации в будущей профессии, при которых возможно возникновение травм.		4	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета безопасности жизнедеятельности и охраны труда - 1

Оборудование учебного кабинета:

- рабочее место преподавателя;
- рабочие места по числу обучающихся;
- учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование: тренажер-Гоша для проведения СЛР, учебный автомат АК-105, индивидуальные средства защиты, средства пожаротушения;
- наглядные пособия: организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации, текст Военной присяги, ордена России;
- программное обеспечение (MS Office, Консультант Плюс, учебные фильмы, презентации, локальная компьютерная сеть, Интернет);
- учебно-методическое обеспечение (учебное пособие, рабочая тетрадь, методические указания для студентов, раздаточные материалы);
- классная доска.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- средства мультимедиа (проектор, экран).

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Горячев, С. Ф. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф [Текст] : учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования / С. Ф. Горячев. – Ростов н / Д. : Феникс, 2010. – 576 с.
2. Латчук, В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности 10 класс [Текст] : учебник для учащихся 10 класса / В. Н. Латчук, В. В. Марков, С. К. Миронов и др. – М. : Дрофа; ДИК, 2009. - 320 с.
3. Марков, В. В. Основы безопасности жизнедеятельности 11 класс [Текст] : учебник для учащихся 11 класса / В. В. Марков, В. Н. Латчук, С. К. Миронов и др. – М. : Дрофа; ДИК, 2009. - 228 с.
4. Смирнов, А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности 10 класс [Текст] : учебник для учащихся 10 класса / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В. А. Васнев. – М. : Просвещение, 2011. – 161 с.

5. Смирнов, А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности 11 класс [Текст] : учебник для учащихся 11 класса / А. Т. Смирнов, М. П. Фролов, Е. Н. Литвинов. – М. : ООО Фирма «Издательство АСТ» , 2012. – 320 с.
6. Ястребов, Г. С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф [Текст] : учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования / Г. Я. Ястребов; под редакцией Б. В. Карабухина. Изд. 3 –е. – Ростов н / Д : Феникс, 2010. – 397 с.
7. Арустамов, Э. А. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник /Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко и др. – 9-е изд., стер. – М.: Академия, 2010. – 176 с.

Дополнительные источники:

1. Хван, Т.А. Безопасность жизнедеятельности
2. [Бериев О.Г.](#), [Бондин В.И.](#), [Семехин Ю.Г.](#) Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.: [Академцентр Дашков и К°](#), 2010.
3. Бондаренко В. Л., Грачев В. А., Денисова И. А., Гутенев В. В., Грачев В.А. и др. Безопасность жизнедеятельности: Учебник / под редакцией В.В.Денисова. – 2-е изд. – М.: МарТ, 2009.
4. [Гайсумов А.С.](#), [Паничев М.Г.](#), [Хроменкова Е.П.](#) Безопасность жизнедеятельности. – М.: [Феникс](#), 2009.
5. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2010.
6. [Крючек Н.А.](#), [Смирнов А.Т.](#), [Шахраманьян М.А.](#) Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – Изд. 2-е, стер. – М.: [Дрофа](#), 2009.

Интернет-ресурсы:

7. Гражданская защита (оборона) на предприятии на сайте для первичного звена сил ГО <http://go-oborona.narod.ru>.
8. Культура безопасности жизнедеятельности на сайте по формированию культуры безопасности среди населения РФ <http://www.kbzhd.ru>.
9. Официальный сайт МЧС России: <http://www.mchs.gov.ru>.
10. Портал Академии Гражданской защиты: <http://www.amchs.ru/portal>.
11. Портал Правительства России: <http://government.ru>.
12. Портал Президента России: <http://kremlin.ru>.
13. Портал «Радиационная, химическая и биологическая защита»: <http://www.rhbz.ru/main.html>.

<p>населения от оружия массового поражения;</p> <ul style="list-style-type: none"> - меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах; - организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке; - основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО; - область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы; - порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим. 	
<p>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</p>	<p>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</p>
<ul style="list-style-type: none"> - задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения; - меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах; - организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке; - основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО; - область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы; - порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим 	<p><i>Устный опрос</i> <i>Тестирование</i> <i>Решение ситуационных задач</i></p>

Разработчики:

ТОГБОУ « Колледж торговли, общественного питания и сервиса»

Эксперты:

ТЕСТЫ по ОБЖ (1 курс)

1. Повреждение целостности тканей и нарушение функций, сопровождающиеся местной или общей реакцией организма, вызванное воздействием на человека факторов внешней среды, — это:
а) рана; б) ушиб; в) травма.
2. Если кровотечение сопровождается излиянием крови во внутренние органы, полости и ткани, то оно называется:
а) полостным; б) внутренним; в) закрытым.
3. Что необходимо сделать с раной перед наложением давящей повязки:
а) обработать рану перекисью водорода или слабым раствором марганцовки;
б) промыть рану водой и обработать ее зеленкой;
в) обработать рану йодом.
4. Какова последовательность оказания первой помощи при ушибах:
а) на место ушиба приложить теплую грелку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение;
б) на место ушиба наложить холод, тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение;
в) на место ушиба нанести йодную сетку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение.
5. Повреждение тканей, возникающее при повышении их температуры свыше 50 °С, — это:
а) тепловой удар; б) солнечный удар; в) ожог.
6. Признаками перелома являются:
а) нарушение функции конечности, сильная боль при попытке движения ею, деформация и некоторое ее укорочение, подвижность костей в необычном месте;
б) тошнота и рвота, нарушение функции конечности, ее деформация и подвижность;
в) временная потеря зрения и слуха, появление сильной боли при попытке движения конечностью.
7. При закрытом переломе бедра необходимо:
а) попытаться определить подвижность ноги, согнув ее в коленном суставе, придать пострадавшему возвышенное положение;
б) дать обезболивающее средство, положить две шины: длинную, от подмышечной впадины до наружной лодыжки, и короткую, от промежности до внутренней лодыжки;
в) дать обезболивающее средство и наложить шину из подручного материала от подмышечной впадины до коленного сустава.
8. Один из признаков сотрясения головного мозга — это:
а) увеличение лимфатических узлов;
б) появление сыпи на руках и ногах;
в) покраснение кожи в области суставов;
г) нечеткость зрения и неодинаковые зрачки.
9. При укусах насекомых прежде всего необходимо:
а) промыть ранку спиртом или слабым раствором марганцовки;
б) аккуратно удалить жало, если оно есть;
в) дать пострадавшему 1—2 таблетки димедрола (супрастина, тавегил), а также 1—2 таблетки глюконата кальция;
г) на место укуса наложить холод.
10. Одной из составляющих здорового образа жизни является:
а) малоподвижный образ жизни;
б) небольшие и умеренные физические нагрузки;
в) оптимальный уровень двигательной активности;
г) курение и употребление алкоголя в небольших количествах.

ТЕСТЫ по ОБЖ (2 курс)

1. Из перечисленных ниже причин выберите те, которые являются причинами вынужденного автономного существования в природных условиях:
 - а) несвоевременная регистрация туристической группы перед выходом на маршрут, отсутствие средств связи;
 - б) потеря ориентировки на местности во время похода, авария транспортных средств, крупный лесной пожар;
 - в) потеря части продуктов питания, потеря компаса.
2. Готовясь к походу, вам необходимо правильно подобрать одежду. Каким нижеперечисленным требованиям она должна соответствовать:
 - а) одежда должна быть свободной, чистой и сухой, носиться в несколько слоев;
 - б) одежда должна быть из синтетических материалов;
 - в) одежда должна быть из однотонного или камуфлированного материала, чистой и сухой.
3. К преступлениям небольшой тяжести относятся:
 - а) неумышленные деяния, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголовным кодексом, не превышает одного года лишения свободы;
 - б) умышленные деяния, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголовным кодексом, не превышает трех лет лишения свободы;
 - в) умышленные и неумышленные деяния, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголовным кодексом, не превышает двух лет лишения свободы.
4. РСЧС создана с целью:
 - а) прогнозирования ЧС на территории РФ и организации проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ;
 - б) объединения усилий органов власти, организаций и предприятий, их сил и средств в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;
 - в) первоочередного жизнеобеспечения населения, пострадавшего в чрезвычайных ситуациях на территории Российской Федерации.
5. Ядерное оружие — это:
 - а) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землей (под водой);
 - б) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании светового излучения за счет возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, включающей ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи;
 - в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.
6. От каких поражающих факторов оружия массового поражения защищает убежище:
 - а) от всех поражающих факторов ядерного взрыва;
 - б) от всех поражающих факторов ядерного взрыва, от химического и бактериологического оружия;
 - в) от химического и бактериологического оружия, а также радиоактивного заражения;
 - г) от ударной волны ядерного взрыва и обычных средств поражения.
7. В развитии инфекционного заболевания прослеживаются несколько последовательно сменяющихся периодов. Что это за периоды? Выберите правильный ответ:
 - а) начальный период, период инфицирования, опасный период, пассивный период, заключительный период;
 - б) пред инкубационный период, острое развитие болезни, пассивный период, выздоровление;
 - в) скрытый (инкубационный) период, начало заболевания, активное проявление болезни, выздоровление.

8. Причинами переутомления являются:

- а) продолжительный сон и продолжительный активный отдых;
- б) неправильная организация труда и чрезмерная учебная нагрузка;
- в) позднее пробуждение после сна, отказ от завтраков и прогулок.

9. Признаками алкогольного отравления являются:

- а) головокружение, тошнота и рвота, уменьшение сердечных сокращений и понижение артериального давления, возбуждение или депрессивное состояние;
- б) пожелтение кожи, ухудшение слуха, отсутствие реакции зрачков на свет, улучшение аппетита, снижение иммунитета;
- в) отсутствие речи, повышение температуры тела и артериального давления.

10. Военно-Морской Флот — это:

- а) вид вооруженных сил, который предназначен для нанесения ударов по промышленно-экономическим районам (центрам), важным военным объектам противника и разгрома его военно-морских сил;
- б) род войск, обеспечивающий выполнение боевых задач по разгрому военно-морских сил противника;
- в) вид войск, обеспечивающий решение стратегических и локальных боевых задач с применением специальной военной техники и вооружения.

Ответы: 1-б, 2-а, 3-в, 4-б, 5-в, 6-б, 7-в, 8-б, 9-а, 10-а.

Ситуационные задачи по курсу основ безопасности жизнедеятельности

Пожар в жилище Минимальный уровень

1. *Что необходимо делать, если за дверью квартиры бушует огонь и дым проникает в квартиру?*

2. *Что вы будете делать, если начался пожар, огонь проникает в помещение, где вы находитесь, а пути к выходу нет?*

3. Вы смотрите телевизор. Вдруг из него послышалось необычное гудение и вы почувствовали запах горелой изоляции.

Как вы будете действовать?

4. *Какого типа огнетушители находятся в помещениях вашей школы? Вспомните, как их приводят в действие?*

5. *Перечислите подручные средства пожаротушения, которые имеются в вашей квартире.*

6. Если вы скажете, что огнетушители предназначены для тушения пожара, то это будет не совсем правильно.

Как правильнее ответить на вопрос, для чего предназначены огнетушители?

7. Нарисуйте в тетради по ОБЖ имеющиеся пути эвакуации в вашей школе с этажа, на котором находится кабинет ОБЖ, или из класса, который укажет учитель.

8. **СКОЛЬКО** выходов имеет спортивный зал в вашей школе? Почему?

9. *В какую сторону должны открываться двери выходов из помещений: вовнутрь или наружу? Почему?*

10. При наличии запаха газа в помещении нельзя не только включать свет, но и выключать его, а также вынимать или вставлять вилки электроприборов в розетки.

Почему?

11. Вы хотите включить горелку газовой плиты, чтобы подогреть воду в чайнике. Вы зажгли спичку, повернули ручку на плите. Но зажженная спичка погасла.

Как в дальнейшем нужно правильно действовать?

12. Статистика свидетельствует, что чаще всего виновниками, а порой и жертвами пожаров оказываются дошкольники и учащиеся начальных классов, т.е. ваши младшие братья и сестры.

Как не допустить пожары по вине малышей?

13. Назовите предметы бытовой химии.

Как по внешнему виду можно определить, огнеопасен ли данный предмет бытовой химии? Чем особенно опасны предметы бытовой химии?

Общий уровень

14. Родители ушли, оставив на время детей без присмотра. Младший заходит на кухню. Его внимание привлекает коробочка с яркой этикеткой. Подражая взрослым, он неуверенным движением достает спичку, чиркает ею, и - о радость! - вспыхивает огонек. Горит, подбираясь к пальчикам. И вдруг начинает обжигать пальчики малыша.

Как должен вести себя старший ребенок, чтобы не случилось беды?

15. Весна. Растаял снег, но растения еще не зазеленели. В это время увеличивается число пожаров в сельской местности, в садоводческих хозяйствах.

Почему?

16. Начало лета совпадает с обильным цветением тополя. Улицы, дворы и скверы покрываются тополиным пухом.

Какие опасности возможны от тополиного пуха?

17. Для чего перед каждым отопительным сезоном необходимо побелить печи и дымоходы?

18. Бабушка, укладывая спать годовалого малыша, велела старшему 14-летнему внуку растопить печку. Мальчик, не долго думая, решил зажечь дрова в печи с помощью бензина – легко воспламеняющейся жидкости.

Найдите ошибки в действиях.

19. Использовать бенгальские огни и петарды в помещениях нельзя. Все знают почему.

Укажите возможные опасности от запуска петард на улице. Составьте с учителем «Инструкцию по использованию петард».

20. Однажды зимней морозной ночью сторож автомобильной стоянки, обойдя с собакой территорию, вернулся в помещение охраны. Он помешал догоравшие угли в печке, закрыл заслонку дымохода, чтобы тепло не уходило через трубу на улицу, и лег спать на диван. Собака сторожа улеглась на полу. Утром люди обнаружили мертвого сторожа и бездыханную собаку. Вызвали «скорую помощь». Собаку вытащили на улицу. Через некоторое время собака зашевелилась и ожила. К сожалению, сторожа оживить не удалось.

Что стало причиной смерти сторожа?

21. Почему в зданиях школ помещения и пути эвакуации запрещается отделывать деревом, пластиком?

22. Можно ли использовать стиральный порошок в качестве подручного средства пожаротушения?

23. Почему нельзя тушить горящие нефтепродукты: бензин, керосин, солярку, поливая их водой?

24. В каждой школе есть электрощитовая - помещение, в которое поступает электричество от городской электросети. Из электрощитовой провода проведены во все школьные помещения. Конечно же, электрощитовая является помещением повышенной опасности. Поэтому вход в него разрешен только электрикам.

Какого типа огнетушитель вы поместите в помещении электрощитовой?

25. Практическая работа. Пройдите в школе по коридорам к запасным выходам. Проверьте, есть ли около них надписи «ЗАПАСНОЙ ВЫХОД №...», свободны или захлаплены запасные выходы. Узнайте, как можно открыть их в случае необходимости.

26. Чтобы, во время пожара вы смогли быстро эвакуироваться через доступные запасные выходы, вы должны знать не только, где они находятся, но и быстро открыть их. Для этого необходимо заранее знать местонахождение ключей.

Как узнать, где находятся ключи от запасных выходов из помещения?

27. Огнетушители каких типов вы разместите в библиотеке, музее, аптеке, в архиве документов?

28. Заполните таблицу.

Тип огнетушителя	Как обозначается	Каким типом можно тушить		
		Твердые предметы	Бензин, керосин, и другие нефтепродукты	Электроприборы под напряжением
Углекислотный				
Пенный				
Водный				
Порошковый				

Повышенный уровень

29. В населенных пунктах газопровод обычно прокладывают под землей.

Как можно по состоянию травяного покрытия определить утечку газа в весенне-осеннее время года?

30. По каким приметам можно определить утечку газа из подземного газопровода в зимнее время?

31. По каким приметам можно определить утечку газа из подземного газопровода, если над местом утечки находится лужа?

32. Вы купили телевизор. Через месяц, включив его в очередной раз, вы почувствовали запах горелой пластмассы, а затем увидели пламя из телевизора. Правильно и умело действуя, вы смогли прекратить горение телевизора.

Почему вам все равно необходимо вызвать пожарных?

33. Существуют огнетушители, огнетушащим веществом в которых является вода. Обозначаются такие огнетушители, например, ОВ-5 (огнетушитель водный пятилитровый). Представьте, что вам пришла заявка на приобретение огнетушителей из экспедиций на Северном полюсе и в Центральной Африке.

Куда вы не должны отправить огнетушители ОВ? (Вспомните свойства воды.)

34. Родители ушли в гости, оставив в доме двух малышей: трех и семи лет. Уходя, они закрыли двери на ключ и велели детям не отвечать на телефонные звонки.

Какие неправильные действия совершили родители?

Обсудите с учителем.

35. Вечером ученики 5-го класса встретились во дворе. «Что будем делать?» - спросил Саша. Стали думать. «Пошли в подвал, - сказал Дима. - У нас там кладовая». В подвале было темно. Свернули в трубочку газеты и зажгли. Получились настоящие факелы. Теперь можно продолжать путь. «Ступеньки, - предупредил Дима. - Кладовые. А вот и наша». Ребята вошли в кладовую. Осмотрелись. Стопки старых газет и журналов, полки, какие-то банки, старые вещи. «А здесь хорошо», - сказал Валера.

Определите три условия, которые могут способствовать возникновению пожара.

36. Русский поэт Николай Платонович Огарев в поэме «Зимний путь» описывает пожар:

Вот здесь пустырь. Была недавно Деревня. Жили в ней исправно; Но от нее теперь одни Торчат обугленные пни.

В субботу в ночь оно случилось: Проснулась баба хлебы печь И затопила - как водилось - Давно надтреснувшую печь.

На крыше вспыхнула солома, И, подхватив, пошла вьюга Носить огонь от дома к дому С остервенением врага; И кровли, пламенем объаты, Трещи, обрушились в хаты.

Со сна вскочили мужики, Стремглав пустились бабы в страхе На улицу в одной рубахе, За ними дети, старики... Пожар! Пожар! Скорей спешите!

Багры давайте, топоры!

Ломать!.. Да где ж их взять - багры?

Воды! Вези воды! Тушите!..

Крик, беготня, и вопль, и шум;

В беде исчез последний ум. *Определите основную причину пожара. Каковы причины, приведшее к тому, что сгорела вся деревня? Какие меры пожарной безопасности были нарушены?* л

37. На горизонтальных полосах написаны слова, обозначающие средства пожаротушения. Но часть букв закрыта вертикальными полосами.

Определите, что за слова написаны на горизонтальных полосах.

П.....С.....К

.....Е.....Л.....

Т.....П.....Р

.....А.....О.....

В.....Д.....О

38. Представьте, что вы ответственный за выдачу огнетушителей. Вам принесли две заявки на огнетушители. Одну заявку для экспедиции на Северный полюс, вторую - для обеспечения безопасности работ в Центральной Африке. У вас на складе остались только огнетушители типа ОВ.

Как вы выполните заявки?

39. Представьте, что вы ответственный за выдачу огнетушителей. Вам принесли заявку на огнетушители из автобусного предприятия.

Какого типа огнетушители вы продадите по заявке?

40. Представьте, что вы ответственный за выдачу огнетушителей. Вам принесли заявку на огнетушители типа ОУ. Но у вас на складе нет огнетушителей этого типа.

Каким типом огнетушителей вы можете заменить указанные в заявке?