Министерство образования Иркутской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Иркутской области
«Иркутский авиационный техникум»

УТВЕРЖДАЮ
И.О. директора
ГБПОУИО «ИАТ»
_____ Якубовский А.Н.
«31» мая 2017 г.

# ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

БОД.06 Основы безопасности жизнедеятельности

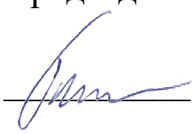
специальности

09.02.03 Программирование в компьютерных системах

Иркутск, 2017

Рассмотрена
цикловой комиссией
ОД, МЕН протокол №10 от
19.05.2017 г.

Председатель ЦК

 /Г.В. Перепияко /

| № | Разработчик ФИО |
|---|---|
| 1 | Бобылева Анастасия Витальевна |

# 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

## 1.1. Область применения фонда оценочных средств (ФОС)

ФОС по дисциплине является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 09.02.03 Программирование в компьютерных системах

## 1.2. Место дисциплины в структуре ППССЗ:

БОД.00 Базовые общеобразовательные дисциплины.

## 1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

| Результаты освоения дисциплины | № Результата | Формируемый результат |
|---|---|---|
| Личностные результаты | 1.1 | российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн); |
| | 1.2 | гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности; |
| | 1.3 | готовность к служению Отечеству, его защите; |
| | 1.4 | сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире; |
| | 1.5 | сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; |

| | |
|---|---|
| | готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности; |
| 1.6 | толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям; |
| 1.7 | навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности; |
| 1.8 | нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей; |
| 1.9 | готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности; |
| 1.10 | эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений; |
| 1.11 | принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков; |
| 1.12 | бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь; |
| 1.13 | осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, |

| | | |
|---|---|---|
| | | общественных, государственных, общенациональных проблем; |
| | 1.14 | сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности; |
| | 1.15 | ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни. |
| Метапредметные результаты | 2.1 | умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях; |
| | 2.2 | умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты; |
| | 2.3 | владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания; |
| | 2.4 | готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников; |
| | 2.5 | умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности; |

| | | |
|---|---|---|
| | 2.6 | умение определять назначение и функции различных социальных институтов; |
| | 2.7 | умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей; |
| | 2.8 | владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства; |
| | 2.9 | владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения; |
| Предметные результаты | 3.1 | сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а так же, как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора; |
| | 3.2 | знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; |
| | 3.3 | сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; |
| | 3.4 | сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности; |
| | 3.5 | знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; |
| | 3.6 | знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.); |
| | 3.7 | знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в |

| | | |
|---|---|---|
| | | условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; |
| | 3.8 | умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники; |
| | 3.9 | умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; |
| | 3.10 | знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка; |
| | 3.11 | знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе; |
| | 3.12 | владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике. |

| В результате освоения дисциплины обучающийся должен | № дидактической единицы | Формируемая дидактическая единица |
|---|---|---|
| Знать | 1.1 | основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; |
| | 1.2 | репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него; |

| | | |
|---|---|---|
| | 1.3 | потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; |
| | 1.4 | основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; |
| | 1.5 | основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; |
| | 1.6 | порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу; |
| | 1.7 | состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации; |
| | 1.8 | основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе; |
| | 1.9 | основные виды военно-профессиональной деятельности; |
| | 1.10 | особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы; |
| | 1.11 | требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника; |
| | 1.12 | предназначение, структуру и задачи РСЧС; |
| | 1.13 | предназначение, структуру и задачи гражданской обороны; |
| Уметь | 2.1 | владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; |
| | 2.2 | пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; |
| | 2.3 | оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе. |
| | 2.4 | для ведения здорового образа жизни; |
| | 2.5 | оказания первой медицинской помощи; |
| | 2.6 | развития в себе духовных и физических качеств, |

| | | |
|---|---|---|
| | | необходимых для военной службы; |
| | 2.7 | вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи |

## 2. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДИСЦИПЛИНЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЙ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### 2.1 Текущий контроль (ТК) № 1

**Тема занятия:** 1.1.4.Повторение правил поведения при ЧС различного типа
**Метод и форма контроля:** Тестирование (Опрос)
**Вид контроля:** письменно тест
**Дидактическая единица:** 1.3 потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
**Занятие(-я):**
1.1.1.Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе
1.1.2.Правила поведения в ситуациях криминогенного характера
1.1.3.Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера

**Задание №1**

**1. Причиной землетрясений может стать:**
а) волновые колебания в скальных породах;
б) сдвиг в скальных породах земной коры, разлом, вдоль которого один скальный массив с огромной силой трется о другой;
в) строительство очистных сооружений в зонах тектонических разломов.

**2. Вы находитесь дома один. Вдруг задрожали стекла и люстра, с полок начала падать посуда и книги. Вы срочно:**
а) закроете окна и двери, перейдете в подвальное помещение или защитное сооружение.
б) позвоните родителям на работу, чтобы предупредить о происшествии и договорится, о месте встречи;
в) займете место в дверном проеме;

**3. Наибольшую опасность при извержении вулкана представляют:**
а) тучи пепла и газов («палящая туча»); б) взрывная волна и разброс обломков;
в) водяные грязекаменные потоки; г) резкие колебания температуры.

**4. Одна из причин образования оползней:**
а) вода, просочившаяся по трещинам и порам в глубь пород и ведущая там разрушительную работу;
б) вулканическая деятельность;
в) сдвиг горных пород.

**5. Сила ветра измеряется его скоростью. Кто из ученых создал шкалу силы ветра:**
а) Менделеев; б) Рихтер; в) Ломоносов; г) Бофорт

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на три вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица:** 2.1 владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

**Занятие(-я):**

1.1.1.Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе

1.1.2.Правила поведения в ситуациях криминогенного характера

1.1.3.Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера

**Задание №1**

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

а) взрывы промышленных объектов в результате действия волны прорыва;

б) нарушение сельскохозяйственной деятельности и гибель урожая;

в) возникновение местных пожаров, изменение климата.

**2. Неконтролируемое горение растительности, стихийно распространяющееся по лесной территории, - это:**

а) природный пожар; б) стихийный пожар; в) лесной пожар.

**3. К поражающим факторам пожара относятся:**

а) интенсивное излучение гамма-лучей, поражающее людей;

б) разрушение зданий и поражение людей за счет смещения поверхностных слоев земли;

в) открытый огонь, токсичные продукты горения

г) образование облака зараженного воздуха.

**4. Взрыв всегда сопровождается:**

а) большим количеством выделяемой энергии;

б) резким повышением температуры;

в) резким повышением давления.

**5. 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.

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вороса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица:** 2.7 вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи

**Занятие(-я):**

1.1.1.Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе

**Задание №1**

**1. При аварии с утечкой аммиака в качестве индивидуального средства защиты используют ватно-марлевую повязку, которую смачивают:**

а) 2% - м раствором соды.

б) 2% - м раствором нашатырного спирта;

в) 2% - м раствором уксусной или лимонной кислоты;

**2. При проживании в районе с повышенным радиационным фоном и радиоактивным загрязнением местности, сложившимся в результате аварии на АЭС, вам по необходимости приходится выходить на улицу (открытую местность). Какие санитарно-гигиенические мероприятия вы должны выполнить при возвращении в дом (квартиру)? Ваши действия и их последовательность:**

а) верхнюю одежду повесить в специально отведенном месте у входа в дом, обувь ополоснуть в специальной емкости с водой, протереть влажной тканью и оставить у порога, принять душ с мылом;

б) перед входом в дом снять одежду и вытряхнуть из нее пыль, воду из емкости вылить в канализацию, войдя в помещение, верхнюю одежду повесить в плотно закрывающийся шкаф, вымыть руки и лицо;

в) верхнюю одежду повесить в специально отведенном месте у входа в дом, предварительно вытряхнув из нее пыль, обувь ополоснуть в специальной емкости с водой и поставить в плотно закрывающийся шкаф, воду из емкости вылить в канализацию, войдя в помещение вымыть руки и лицо.

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

а) лучевую болезнь;

б) поражение центральной нервной системы;

в) поражение опорно-двигательного аппарата.

**4. Гидродинамические аварии - это:**

а) аварии на гидродинамических объектах, в результате которых могут произойти

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

**5. Антропогенные изменения в природе - это:**
а) изменения, происходящие в природе в результате чрезвычайных ситуаций природного характера;
б) изменения, происходящие в природе в результате хозяйственной деятельности человека;
в) изменения, происходящие в природе в результате воздействия солнечной энергии.

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

## 2.2 Текущий контроль (ТК) № 2

**Тема занятия:** 1.2.6.Повторение правил безопастного поведения в ЧС различного характера
**Метод и форма контроля:** Тестирование (Опрос)
**Вид контроля:** тест письменно
**Дидактическая единица:** 1.1 основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;
**Занятие(-я):**
1.1.6.Уголовная ответственность несовершеннолетних
1.2.2.Оружие массового поражения и его поражающие факторы
1.2.3.Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени
1.2.4.Средства индивидуальной и коллективной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного времени
1.2.5.Организация гражданской обороны в учебных учреждениях.
**Задание №1**
1.Назовите основное (-ые) физическое (-ие) качество (-а) личности человека.
А) способность поднять большой вес; Б) способность передвинуть тяжелый груз с места на место; В) сила, выносливость, быстрота, ловкость, гибкость; Г) крепкая костно-мышечная система.
2. К какой группе относятся здоровые люди, физическое и психическое развитие которых соответствует возрасту, они не имеют хронических заболеваний, редко

болеют?
А) к 4-й группе; Б) ко 2-й группе; В) к 3 группе; Г) к 1-й группе.
3. На здоровый образ жизни человека оказывает негативное влияние ряд отрицательных факторов. Определите фактор риска естественной природной среды.
А) солнечная активность; Б) изменение микроклимата; В) возрастание напряженности электромагнитного поля Земли; Г) нарушение температурного режима.
4. Дайте определение, что такое гигиена.
А) это наука, изучающая условия, необходимые для сохранения и укрепления здоровья; Б) это регулярное принятие душа, мытье рук и ног; В) это способность человека не допускать возникновения инфекционных заболеваний; Г) это поддержание чистоты и порядка в квартире.
5. Как вы понимаете, что такое духовное здоровье.
А) знание культуры и искусства; Б) начитанность и образованность человека; В) состояние системы мышления и мировоззрения; Г) умение воспринимать красоту окружающего мира.

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвеченно на 3 вопроса |
| 4 | Правильно отвеченно на 4 вопроса |
| 5 | Правильно отвеченно на 5 вопросов |

**Дидактическая единица:** 1.4 основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
**Занятие(-я):**
1.1.5.Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.
1.2.5.Организация гражданской обороны в учебных учреждениях.
**Задание №1**
1. Заторы и зажоры, наводнения относятся к:
а) геофизическим опасным явлениям;
б) геологическим опасным явлениям;
в) метеорологическим опасным явлениям;
г) Человек выкуривающий гидрологическим опасным явлениям.
2. Чрезвычайная ситуация, в результате которой зона чрезвычайной ситуации затрагивает территорию двух и более пачки в день;субъектов Российской Федерации, при этом количество пострадавших составляет свыше 50 человек, но не более 500 человек либо размер материального ущерба составляет свыше 5 млн. рублей, но не более 500 млн. рублей называется:

3) Во сколько раз чаще встречается заболевание сердца у курильщиков?
а) В 12-13 раз,
б) В 2-3 раза,
в) В 5-6 раз,
г) В 8-9 раз;
4) Спирт главным образом действует на:
а) Опорно-двигательный аппарат,
б) Нервную систему,
в) Легочную систему,
г) Костную ткань;
5) Влияет ли алкоголь на железы внутренней секреции?
а) Влияет, но незначительно,
б) Не влияет,
в) Влияет;

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвечены на 3 вопроса |
| 4 | Правильно оьтвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица:** 1.12 предназначение, структуру и задачи РСЧС;
**Занятие(-я):**
1.1.5.Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.
**Задание №1**
***1. Назовите систему, созданную в России для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций:***
а) система наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды;
б) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС;
в) система сил и средств для ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

***2. РСЧС имеет пять уровней:***
а) объектовый;
б) территориальный;
в) местный;
г) поселковый;
д) федеральный;
е) производственный;
ж) региональный;
з) республиканский;

и) районный.

***3. РСЧС создана с целью:***

а) прогнозирования ЧС на территории Российской Федерации и организации проведения аварийно спасательных и других неотложных работ;

б) объединения усилий органов центральной власти, органов исполнительной власти, субъектов Российской Федерации, городов и районов, а также организаций, учреждений и предприятий, их сил и средств в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;

в) обеспечения первоочередного жизнеобеспечения населения, пострадавшего в чрезвычайных ситуациях на территории Российской Федерации.

***4. В зависимости от обстановки, масштаба прогнозируемой или возникшей чрезвычайной ситуации решением соответствующих органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации и органов местного самоуправления в пределах конкретной территории устанавливается один из следующих режимов функционирования РСЧС:***

а) повседневной деятельности;

б) чрезвычайной ситуации;

в) повышенной готовности;

г) прогнозирования обстановки;

д) оперативного реагирования.

***5. К зоне чрезвычайной ситуации относится:***

а) территория, на которой прогнозируется ЧС;

б) территория, на которой расположены потенциально опасные объекты;

в) территория, на которой сложилась ЧС.

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | Правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица:** 1.13 предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

**Занятие(-я):**

1.2.1.Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.

**Задание №1**

***1. Рабочими органами комиссий по чрезвычайным ситуациям***

***соответствующих органов государственной власти и местного самоуправления являются:***

а) специально создаваемые штабы;

б) органы управления (комитеты, управления, отделы) по делам ГОЧС;

в) эвакуационные комиссии.

***2. Назовите закон в России, определяющий правовые и организационные нормы в области защиты от чрезвычайных ситуаций:***

а) закон Российской Федерации "О безопасности";

б) Федеральный закон "Об обороне";

в) Федеральный закон "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера";

г) Федеральный закон "О гражданской обороне".

***3. Координирующим органом РСЧС на территориальном уровне, охватывающим территорию субъекта Российской Федерации, является комиссия по чрезвычайным ситуациям:***

а) межведомственная;

б) ведомственная;

в) органа исполнительной власти субъекта Российской Федерации.

***4. Назовите федеральный орган в России, решающий задачи безопасности жизнедеятельности населения:***

а) Министерство Обороны Российской Федерации;

б) Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий;

в) Федеральная служба безопасности;

г) Министерство труда и занятости Российской Федерации.

***5. Территориальные подсистемы РСЧС создаются:***

а) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в городах и районах;

б) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в поселках и населенных пунктах;

в) для предупреждения и ликвидации ЧС на промышленных объектах;

г) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в субъектах Российской Федерации в пределах их территорий и состоят из звеньев, соответствующих административно-территориальному делению этих территорий.

и) федеральный.

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |

| | |
|---|---|
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица:** 2.2 пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

**Занятие(-я):**

1.2.4.Средства индивидуальной и коллективной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного времени

1.2.5.Организация гражданской обороны в учебных учреждениях.

**Задание №1**

1. От чего защищают коллективные средства защиты?

а) от действия обычного оружия б) от действия ядерного оружия в) от действия ОВ г) от действия БС д) все выше перечисленное

2. Что относится к индивидуальным средствам защиты органов дыхания?

а) общевойсковой защитный комплект б) противогаз в) аптечка АИ-1, АИ-2 г) противохимический пакет ИПП-8, 9, 10, 11 д) вентилируемый блиндаж

3. К средствам коллективной защиты относятся:

а) убежища б) укрытия в) противогаз г) респиратор

4. Что является подручным средством защиты органов дыхания

а) любая ткань, носовой платок б) противогаз в) ватно-марлевая повязка г) противопыльная тканевая маска

5. Что относится к индивидуальным медицинским средствам защиты?

а) респиратор б) ватно-марлевая повязка в) индивидуальная аптечка г) противогаз д) легкий защитный костюм

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

## 2.3 Текущий контроль (ТК) № 3

**Тема занятия:** 2.1.3.Инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. Контрольная работа

**Метод и форма контроля:** Контрольная работа (Опрос)

**Вид контроля:** письменная работа

**Дидактическая единица:** 1.1 основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;

**Занятие(-я):**

2.1.1.Здоровье человека, общие понятия и определения. Основные критерии

здоровья.

2.1.2.Выявление влияния окружающей среды на здоровье человека в процессе его жизнедеятельности.

**Задание №1**

1. Что вызывает образование раковых опухолей у курильщиков?

1. Радиоактивные вещества
2. Никотин
3. Эфирные масла
4. Цианистый водород

1. Во сколько раз угарный газ (окись углерода), образующийся при горении табака, растворяется в крови курильщика быстрее, чем кислород?

1. В 300 раз
2. В 100 раз
3. В 200 раз
4. В 400 раз

1. Пассивный курильщик – это человек

1. Выкуривающий до двух сигарет в день
2. Находящийся в одном помещении с курильщиком
3. Выкуривающий одну сигарету натощак
4. Нюхающий табак

1. Что такое здоровый образ жизни?

1. Перечень мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья
2. Лечебно – физкультурный оздоровительный комплекс
3. Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление. Здоровья
4. Регулярные занятия физической культурой

1. Алкоголь, попавший в организм человека:

1. Растворяется в крови и разносится по всему организму, оказывая разрушительное действие на все ткани и органы
2. Быстро выводится вместе с мочой

3. Не выводится из организма до самой смерти
4. Оказывает благоприятное воздействие на внутренние органы человека

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечена на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица:** 2.4 для ведения здорового образа жизни;
**Занятие(-я):**
2.1.1.Здоровье человека, общие понятия и определения. Основные критерии здоровья.
2.1.2.Выявление влияния окружающей среды на здоровье человека в процессе его жизнедеятельности.
**Задание №1**
Дать определение ЗОЖ. Перечислить факторы, которые положительно и отрицательно влияют на здоровье.

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | 1. Дано опрделение "Здоровый образ жизни".<br>ЗОЖ - это концепция жизнедеятельности человека, направленная на улучшение и сохранение здоровья с помощью соответствующего питания, физической подготовки, морального настроя и отказа от вредных привычек.<br>2. Перечисленно не менее 2 - х факторов положительно влияющих на ЗОЖ, не менее 2 - х факторов отрицательно влияющих на ЗОЖ.<br>Факторы, влияющие на здоровье человека.<br>**Сфера влияния факторов** / **Факторы Укрепляющие здоровье** / **Ухудшающие здоровье**<br>Генетические (15-20%) / Здоровая наследственность. Отсутствие морфо-функциональных предпосылок возникновения заболеваний / Наследственные заболевания и нарушения. Наследственная пред расположенность к заболеваниям<br>Состояние / Хорошие бытовые и / Вредные условия |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | окружающей среды (20-25%) | производственные условия, благоприятные климатические и природные условия, экологически благоприятная среда обитания | быта и производства, неблагоприятные климатические и природные условия, нарушение экологической обстановки |
| | Медицинское обеспечение (10-15%) | Медицинский скрининг, высокий уровень профилактических мероприятий, своевременная и полноценная медицинская помощь | Отсутствие постоянного медицинского контроля за динамикой здоровья, низкий уровень первичной профилактики, некачественное медицинское обслуживание |
| | Условия и образ жизни (50-55%) | Рациональная организация жизнедеятельности, оседлый образ жизни, адекватная двигательная активность, социальный и психологический комфорт. полноценное и рациональное питание, отсутствие вредных привычек, валеологическое образование и пр. | Отсутствие рационального режима жизнедеятельности, миграционные процессы, гипо- или гипердинамия, социальный и психологический дискомфорт. неправильное питание, вредные привычки, недостаточный уровень валеологических знаний |

| | |
|---|---|
| 4 | 1. Дано опрделение "Здоровый образ жизни".<br>ЗОЖ - это концепция жизнедеятельности человека, направленная на улучшение и сохранение здоровья с помощью соответствующего питания, физической подготовки, морального настроя и отказа от вредных привычек.<br>2. Перечислено не менее 3 - х факторов положительно влияющих на ЗОЖ, не менее 3 - х факторов отрицательно влияющих на ЗОЖ.<br>Факторы, влияющие на здоровье человека. |

| **Сфера влияния факторов** | **Факторы** | |
|---|---|---|
| | **Укрепляющие здоровье** | **Ухудшающие здоровье** |
| Генетические (15-20%) | Здоровая наследственность. Отсутствие морфо-функциональных предпосылок возникновения заболеваний | Наследственные заболевания и нарушения. Наследственная пред расположенность к заболеваниям |
| Состояние окружающей среды (20-25%) | Хорошие бытовые и производственные условия, благоприятные климатические и природные условия, экологически благоприятная среда обитания | Вредные условия быта и производства, неблагоприятные климатические и природные условия, нарушение экологической обстановки |
| Медицинское обеспечение (10-15%) | Медицинский скрининг, высокий уровень профилактических мероприятий, своевременная и полноценная медицинская помощь | Отсутствие постоянного медицинского контроля за динамикой здоровья, низкий уровень первичной профилактики, некачественное медицинское обслуживание |
| Условия и образ | Рациональная | Отсутствие |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | жизни (50-55%) | организация жизнедеятельности, оседлый образ жизни, адекватная двигательная активность, социальный и психологический комфорт. полноценное и рациональное питание, отсутствие вредных привычек, валеологическое образование и пр. | рационального режима жизнедеятельности, миграционные процессы, гипо- или гипердинамия, социальный и психологический дискомфорт. неправильное питание, вредные привычки, недостаточный уровень валеологических знаний |
| 5 | 1. Дано опрделение "Здоровый образ жизни".<br>ЗОЖ - это концепция жизнедеятельности человека, направленная на улучшение и сохранение здоровья с помощью соответствующего питания, физической подготовки, морального настроя и отказа от вредных привычек.<br>2. Перечислено не менее 4 - х факторов положительно влияющих на ЗОЖ, не менее 4 - х факторов отрицательно влияющих на ЗОЖ.<br>Факторы, влияющие на здоровье человека. | | |
| | **Сфера влияния факторов** | **Факторы Укрепляющие здоровье** | **Ухудшающие здоровье** |
| | Генетические (15-20%) | Здоровая наследственность. Отсутствие морфо-функциональных предпосылок возникновения заболеваний | Наследственные заболевания и нарушения. Наследственная пред расположенность к заболеваниям |
| | Состояние окружающей среды (20-25%) | Хорошие бытовые и производственные условия, благоприятные климатические и | Вредные условия быта и производства, неблагоприятные климатические и природные условия, |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | природные условия, экологически благоприятная среда обитания | нарушение экологической обстановки |
| | Медицинское обеспечение (10-15%) | Медицинский скрининг, высокий уровень профилактических мероприятий, своевременная и полноценная медицинская помощь | Отсутствие постоянного медицинского контроля за динамикой здоровья, низкий уровень первичной профилактики, некачественное медицинское обслуживание |
| | Условия и образ жизни (50-55%) | Рациональная организация жизнедеятельности, оседлый образ жизни, адекватная двигательная активность, социальный и психологический комфорт. полноценное и рациональное питание, отсутствие вредных привычек, валеологическое образование и пр. | Отсутствие рационального режима жизнедеятельности, миграционные процессы, гипо- или гипердинамия, социальный и психологический дискомфорт. неправильное питание, вредные привычки, недостаточный уровень валеологических знаний |

**Дидактическая единица:** 2.7 вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи

**Занятие(-я):**

1.1.5.Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.

1.2.1.Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.

2.1.1.Здоровье человека, общие понятия и определения. Основные критерии

здоровья.

**Задание №1**

Напишите примеры вызова служб экстренной помощи.

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | **1. Приведен пример вызова службы экстренной помощи с мобильного телефона**<br>Службы городской экстренной помощи<br>(вызов с городского телефона):<br>101 (01)- Пожарная охрана и спасатели<br>102 (02)- Милиция<br>103 (03)- Скорая помощь<br>104 (04)- Аварийная служба газовой сети<br>**Службы экстренной помощи**<br>**(вызов с мобильного (сотового) телефона):**<br>**Вызов экстренных служб через номер 112**<br>**Для экстренного вызова специальных служб также работает номер 112.**<br>**На русском и английском языках.**<br>**Вызов с номера экстренного вызова 112 возможен:**<br>**- при отсутствии денежных средств на вашем счету,**<br>**- при заблокированной SIM-карте,**<br>**- при отсутствии SIM-карты телефона,**<br>Звонок в экстренные службы является бесплатным.<br>Если Ваш мобильный аппарат не поддерживает набор номеров, состоящих из двух цифр, при звонках в экстренные службы после номера службы необходимо набирать знак *<br>01* — Вызов пожарной охраны и спасателей<br>02* — Вызов милиции<br>03* — Вызов скорой помощи<br>04* — Вызов аварийной службы газа |

| | |
|---|---|
| 4 | **1. Приведен пример вызова службы экстренной помощи с городского телефона**<br>**Службы городской экстренной помощи**<br>**(вызов с городского телефона):**<br>**101 (01)- Пожарная охрана и спасатели**<br>**102 (02)- Милиция**<br>**103 (03)- Скорая помощь**<br>**104 (04)- Аварийная служба газовой сети**<br>Службы экстренной помощи<br>(вызов с мобильного (сотового) телефона):<br>Вызов экстренных служб через номер 112<br>Для экстренного вызова специальных служб также работает номер 112.<br>На русском и английском языках.<br>Вызов с номера экстренного вызова 112 возможен:<br>- при отсутствии денежных средств на вашем счету,<br>- при заблокированной SIM-карте,<br>- при отсутствии SIM-карты телефона,<br>Звонок в экстренные службы является бесплатным.<br>Если Ваш мобильный аппарат не поддерживает набор номеров, состоящих из двух цифр, при звонках в экстренные службы после номера службы необходимо набирать знак *<br>01* — Вызов пожарной охраны и спасателей<br>02* — Вызов милиции<br>03* — Вызов скорой помощи<br>04* — Вызов аварийной службы газа |

| | |
|---|---|
| 5 | **1. Приведен пример вызова службы экстренной помощи с городского телефона и мобильного телефона**<br>Службы городской экстренной помощи<br>(вызов с городского телефона):<br>101 (01)- Пожарная охрана и спасатели<br>102 (02)- Милиция<br>103 (03)- Скорая помощь<br>104 (04)- Аварийная служба газовой сети<br>Службы экстренной помощи<br>(вызов с мобильного (сотового) телефона):<br>Вызов экстренных служб через номер 112<br>Для экстренного вызова специальных служб также работает номер 112.<br>На русском и английском языках.<br>Вызов с номера экстренного вызова 112 возможен:<br>- при отсутствии денежных средств на вашем счету,<br>- при заблокированной SIM-карте,<br>- при отсутствии SIM-карты телефона,<br>Звонок в экстренные службы является бесплатным.<br>Если Ваш мобильный аппарат не поддерживает набор номеров, состоящих из двух цифр, при звонках в экстренные службы после номера службы необходимо набирать знак *<br>01* — Вызов пожарной охраны и спасателей<br>02* — Вызов милиции<br>03* — Вызов скорой помощи<br>04* — Вызов аварийной службы газа |

## 2.4 Текущий контроль (ТК) № 4

**Тема занятия:** 2.2.12.Закрепление знаний по теме "Основы здорового образа жизни"

**Метод и форма контроля:** Тестирование (Опрос)

**Вид контроля:** письменная работа

**Дидактическая единица:** 1.1 основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;

**Занятие(-я):**

2.1.3.Инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. Контрольная работа

2.1.4.Репродуктивное здоровье, и факторы влияющие на него

2.1.5.Основной алгоритм оказания первой помощи. Виды травм.

2.1.6.Виды ран. Оказание первой помощи при различных видах ран

2.1.7.Правила наложения повязок при различных видах травм

2.1.8.Правила оказание первой помощи при ушибах, вывихах, растяжениях, переломах
2.1.9.Правила оказания первой помощи при ожогах и обморожениях
2.1.10.Правила оказания первой помощи при ударе электрическим током
2.1.11.Правила оказания первой помощи при утоплении
2.1.12.Правила оказания первой помощи при отравлениях
2.1.13.Правила оказания первой помощи при клинической смерти. Техника реанимации
2.2.1.Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья.
2.2.2.Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья.
2.2.4.Основные понятия о биологических ритмах, их влияние на уровень жизнедеятельности человека.
2.2.5.Безопасность на дорогах
2.2.6.Значение двигательной активности для здоровья человека.
2.2.7.Использование факторов окружающей природной среды для закаливания и укрепления здоровья.
2.2.8.Вредные привычки и социальные последствия привычек.
2.2.9.Выявление влияния алкоголя на здоровье.
2.2.10.Курение и его влияние на здоровье человека.
2.2.11.Влияние влияния наркомании и токсикомании на здоровье, социальные последствия.

**Задание №1**

1.Здоровый образ жизни – это А) мировоззрение человека, которое складывается из знаний о здоровье; Б) индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья; В) система жизнедеятельности человека, в которой главной составляющей является отказ от вредных привычек; Г) достаточная двигательная активность и правильность питания.
2. Режим жизнедеятельности человека – это
А) установленный порядок работы, отдыха, питания и сна; Б) система жизнедеятельности человека в быту и на производстве; В) индивидуальная форма существования человека в условиях среды обитания; Г) способность просыпаться и выходить на учебу в одно и то же время.
3.К какой группе здоровья относятся дети со сниженной сопротивляемостью организма, у которых отсутствуют хронические заболевания, а также дети, часто (4 раза в год и более) и длительно болеющие (более 25 дней по одному заболеванию)?
А) к 4-й группе; Б) ко 2-й группе; В) к 1-й группе; Г) к 3-й группе.
4. Основными составляющими тренированности организма человека являются:
А) сила, ловкость, умение выдерживать различные нагрузки, высокая работоспособность; Б) сердечно-дыхательная выносливость, мышечная сила и выносливость, скоростные качества, гибкость; В) выносливость опорно-

двигательного аппарата, своевременная реакция центральной нервной системы на изменения физических нагрузок, гибкость и ловкость. Г) развитость костно-мышечной системы, способность перемещать тяжелые предметы на определенное расстояние;
5. Три основных признака наркомании и токсикомании – это:
А) психическая и физическая зависимость, изменение чувствительности к наркотику; Б) вкусовая и биологическая зависимость, изменение материального положения; В) зрительная и химическая зависимость, изменение материального положения; Г) значительная потеря веса, падение интереса к жизни, частые болезни.

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечить на 5 вопросов |

**Дидактическая единица:** 1.2 репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
**Занятие(-я):**
2.1.4.Репродуктивное здоровье, и факторы влияющие на него
2.2.1.Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья.
2.2.2.Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья.
2.2.3.Основные элементы жизнедеятельности человека.
2.2.8.Вредные привычки и социальные последствия привычек.
2.2.9.Выявление влияния алкоголя на здоровье.
2.2.10.Курение и его влияние на здоровье человека.
2.2.11.Влияние влияния наркомании и токсикомании на здоровье, социальные последствия.
**Задание №1**
1.Какими факторами определяется здоровье населения? Выберите правильный ответ.
А) на 49-53% образом жизни, на 18-22% генетической и биологической основой, на 17-20% природно-климатическими условиями, на 8-10% зависит от уровня здравоохранения; Б) на 30-40% образом жизни, на 25-35% генетической и биологической основой, на 10-15% природно-климатическими условиями, на 10-15% зависит от уровня здравоохранения; В) на 18-22% образом жизни, на 49-53% генетической и биологической основой, на 8-10% природно-климатическими условиями, на 17-20% зависит от уровня здравоохранения; Г) на 30-40% образом жизни, на 10-15% генетической и биологической основой, на 25-35% природно-климатическими условиями, на 10-15% зависит от уровня здравоохранения.

2.На здоровый образ человека оказывает негативное влияние ряд отрицательных факторов. Определите факторы риска, связанные с урбанизацией.
А) радиация; Б) монотонный ритм работы, ритм ночной работы; В) низкий уровень денежных доходов; Г) воздействие психологической нагрузки по причине роста темпа жизни.
3. Сердечно-дыхательная выносливость – это:
А) способность выдерживать в течение суток предельно допустимые нагрузки; Б) способность выдерживать в течение недели чередование легких, средних и тяжелых нагрузок; В) способность выдерживать в течение длительного времени физическую нагрузку умеренной интенсивности; Г) способность сердечно-сосудистой системы выдерживать сильный стресс.
4. Отрицательное влияние алкоголя на органы человека характеризуются:
А) нарушением защитной функции печени, мозжечка, развитием туберкулеза; Б) развитием сахарного диабета, увеличением мочевого пузыря; В) снижением защитной функции организма при переохлаждении; Г) возникновением болезней системы кроветворения.
5. Назовите условия, способствующие возникновению умственного утомления:
А) недостаточная освещенность, не соответствующее росту учащегося рабочее место, периодические отвлечения на физическую работу; Б) непроветриваемое помещение, плохое освещение, отсутствие перерывов, однообразие работы; В) отсутствие физкультпаузы , однообразие работы; Г) длительное нахождение за монитором компьютера.

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица:** 2.4 для ведения здорового образа жизни;
**Занятие(-я):**
2.1.3.Инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. Контрольная работа
2.1.4.Репродуктивное здоровье, и факторы влияющие на него
2.1.13.Правила оказания первой помощи при клинической смерти. Техника реанимации
2.2.1.Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья.
2.2.2.Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья.
2.2.3.Основные элементы жизнедеятельности человека.
2.2.4.Основные понятия о биологических ритмах, их влияние на уровень

жизнедеятельности человека.
2.2.6.Значение двигательной активности для здоровья человека.
2.2.7.Использование факторов окружающей природной среды для закаливания и укрепления здоровья.
2.2.8.Вредные привычки и социальные последствия привычек.
2.2.9.Выявление влияния алкоголя на здоровье.
2.2.10.Курение и его влияние на здоровье человека.
2.2.11.Влияние влияния наркомании и токсикомании на здоровье, социальные последствия.

**Задание №1**

**1.** Что такое здоровый образ жизни?

1. Перечень мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья
2. Лечебно-физкультурный оздоровительный комплекс
3. Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья
4. Регулярные занятия физкультурой

**2.** Что такое **режим дня** ?

1. Порядок выполнения повседневных дел
2. Установленных распорядок жизни человека, включающий в себя труд, питание, отдых и сон
3. Перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения
4. Строгое соблюдение определенных правил

**3.** Что такое рациональное питание?

1. Питание распределенное по времени принятия пищи
2. Питание с учетом потребностей организма
3. Питание определенным набором продуктов питания
4. Питание с определенным соотношением питательных веществ

**4.** Назовите **питательные вещества**, имеющие энергетическую ценность?

1. Белки, жиры, углеводы и минеральные соли.
2. Вода, белки, жиры и углеводы.
3. Белки, жиры, углеводы.
4. Жиры и углеводы.

**5.** Что такое **витамины**?

1. Органические химические соединения,необходимые для синтеза белков-ферментов.
2. Неорганические химические соединения,необходимые для работы организма.
3. Органические химические соединения,являющиеся ферментами.
4. Органические химические соединения, содержащиеся в продуктах питания.

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвеченом на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | поавильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица:** 2.5 оказания первой медицинской помощи;
**Занятие(-я):**
2.1.5.Основной алгоритм оказания первой помощи. Виды травм.
2.1.6.Виды ран. Оказание первой помощи при различных видах ран
2.1.7.Правила наложения повязок при различных видах травм
2.1.8.Правила оказание первой помощи при ушибах, вывихах, растяжениях, переломах
2.1.9.Правила оказания первой помощи при ожогах и обморожениях
2.1.10.Правила оказания первой помощи при ударе электрическим током
2.1.11.Правила оказания первой помощи при утоплении
2.1.12.Правила оказания первой помощи при отравлениях
2.1.13.Правила оказания первой помощи при клинической смерти. Техника реанимации
2.2.5.Безопасность на дорогах
2.2.6.Значение двигательной активности для здоровья человека.
2.2.7.Использование факторов окружающей природной среды для закаливания и укрепления здоровья.
**Дидактическая единица:** 2.7 вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи
**Занятие(-я):**
2.1.8.Правила оказание первой помощи при ушибах, вывихах, растяжениях, переломах
2.1.10.Правила оказания первой помощи при ударе электрическим током
2.1.11.Правила оказания первой помощи при утоплении
2.1.12.Правила оказания первой помощи при отравлениях
2.1.13.Правила оказания первой помощи при клинической смерти. Техника реанимации
2.2.5.Безопасность на дорогах

## 2.5 Текущий контроль (ТК) № 5

**Тема занятия:** 3.1.3.Организационная структура Вооруженных Сил России.
**Метод и форма контроля:** Контрольная работа (Опрос)
**Вид контроля:** письменная работа
**Дидактическая единица:** 1.7 состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
**Занятие(-я):**
3.1.1.Концепция национальной безопасности

**Задание №1**

Охарактеризуйте состав и предназначение ВС РФ.

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | 1. Перечислен состав ВС РФ (Допущенно не более 5-ти ошибок)<br>**Состав ВС РФ**<br><br>2. Охарактеризованно предназначение ВС РФ<br>Предназначение ВС РФ<br>*Вооруженные Силы* (ВС) РФ — государственная военная организация, предназначенная для отражения агрессии, направленной против РФ, вооруженной защиты целостности и неприкосновенности российской территории, выполнения задач в соответствии с российскими законами и международными договорами РФ. |

| | |
|---|---|
| 4 | 1. Перечислен состав ВС РФ (Допущенно не более 3-х ошибок)<br>**Состав ВС РФ**<br><br>2. Охарактеризованно предназначение ВС РФ<br>Предназначение ВС РФ<br>*Вооруженные Силы* (ВС) РФ — государственная военная организация, предназначенная для отражения агрессии, направленной против РФ, вооруженной защиты целостности и неприкосновенности российской территории, выполнения задач в соответствии с российскими законами и международными договорами РФ. |
| 5 | 1. Перечислен состав ВС РФ (Допущенно не более 1-ой ошибки)<br>**Состав ВС РФ**<br><br>2. Охарактеризованно предназначение ВС РФ<br>Предназначение ВС РФ<br>*Вооруженные Силы* (ВС) РФ — государственная военная организация, предназначенная для отражения агрессии, направленной против РФ, вооруженной защиты целостности и неприкосновенности российской территории, выполнения задач в соответствии с российскими законами и международными договорами РФ. |

**Дидактическая единица:** 1.8 основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
**Занятие(-я):**
3.1.2.Состав ВС РФ
**Задание №1**
Охарактеризовать обязанности граждан по воинскому учету.

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | Охарактеризованы обязанности граждан по воинскому учету(не менее 3-х пунктов)<br>1. В целях обеспечения воинского учета граждане обязаны:<br>1. состоять на воинском учете по месту жительства (граждане, прибывшие на место пребывания на срок более трех месяцев или проходящие альтернативную гражданскую службу, - по месту их пребывания) в военном комиссариате, а граждане, имеющие воинские звания офицеров и пребывающие в запасе Службы внешней разведки Российской Федерации и в запасе Федеральной службы безопасности Российской Федерации, - в указанных органах;<br>2. явиться в указанные в повестке военного комиссариата время и место либо по вызову соответствующего органа местного самоуправления поселения или соответствующего органа местного самоуправления городского округа, осуществляющего первичный воинский учет;<br>3. при исключении их из списков личного состава воинской части в связи с увольнением с военной службы в запас Вооруженных Сил Российской Федерации, освобождении от отбывания наказания в виде лишения свободы, получении гражданином женского пола военно-учетной специальности, приобретении гражданства Российской Федерации (для граждан, подлежащих постановке на воинский учет) явиться в двухнедельный срок со дня наступления указанных событий в военный комиссариат для постановки на воинский учет;<br>4. сообщить в двухнедельный срок в военный комиссариат либо в соответствующий орган местного самоуправления поселения или соответствующий орган местного |

самоуправления городского округа, осуществляющий первичный воинский учет, об изменении семейного положения, образования, места работы или должности, о переезде на новое место жительства, расположенное в пределах территории муниципального образования, или место пребывания;

5. явиться в двухнедельный срок в военный комиссариат для постановки на воинский учет, снятия с воинского учета и внесения изменений в документы воинского учета при переезде на новое место жительства, расположенное за пределами территории муниципального образования, место пребывания на срок более трех месяцев либо выезде из Российской Федерации на срок более шести месяцев или въезде в Российскую Федерацию;
6. бережно хранить военный билет (временное удостоверение, выданное взамен военного билета), а также удостоверение гражданина, подлежащего призыву на военную службу. В случае утраты указанных документов в двухнедельный срок обратиться в военный комиссариат либо в соответствующий орган местного самоуправления поселения или соответствующий орган местного самоуправления городского округа, осуществляющий первичный воинский учет, для решения вопроса о получении документов взамен утраченных.

2. Граждане, подлежащие призыву на военную службу, выезжающие в период проведения призыва на срок более трех месяцев с места жительства или места пребывания, должны лично сообщить об этом в военный комиссариат либо в соответствующий орган местного самоуправления поселения или соответствующий орган местного самоуправления городского округа, осуществляющий первичный воинский учет.

| | |
|---|---|
| 4 | Охарактеризованы обязанности граждан по воинскому учету(не менее 3-х пунктов)<br>1. В целях обеспечения воинского учета граждане обязаны:<br>1. состоять на воинском учете по месту жительства (граждане, прибывшие на место пребывания на срок более трех месяцев или проходящие альтернативную гражданскую службу, - по месту их пребывания) в военном комиссариате, а граждане, имеющие воинские звания офицеров и пребывающие в запасе Службы внешней разведки Российской Федерации и в запасе Федеральной службы безопасности Российской Федерации, - в указанных органах;<br>2. явиться в указанные в повестке военного комиссариата время и место либо по вызову соответствующего органа местного самоуправления поселения или соответствующего органа местного самоуправления городского округа, осуществляющего первичный воинский учет;<br>3. при исключении их из списков личного состава воинской части в связи с увольнением с военной службы в запас Вооруженных Сил Российской Федерации, освобождении от отбывания наказания в виде лишения свободы, получении гражданином женского пола военно-учетной специальности, приобретении гражданства Российской Федерации (для граждан, подлежащих постановке на воинский учет) явиться в двухнедельный срок со дня наступления указанных событий в военный комиссариат для постановки на воинский учет;<br>4. сообщить в двухнедельный срок в военный комиссариат либо в соответствующий орган местного самоуправления поселения или соответствующий орган местного самоуправления городского округа, осуществляющий первичный воинский учет, об изменении семейного положения, образования, места работы или должности, о переезде на новое место жительства, расположенное в пределах территории муниципального образования, или место пребывания;<br>5. явиться в двухнедельный срок в военный комиссариат для постановки на воинский учет, снятия с воинского учета и |

внесения изменений в документы воинского учета при переезде на новое место жительства, расположенное за пределами территории муниципального образования, место пребывания на срок более трех месяцев либо выезде из Российской Федерации на срок более шести месяцев или въезде в Российскую Федерацию;

6. бережно хранить военный билет (временное удостоверение, выданное взамен военного билета), а также удостоверение гражданина, подлежащего призыву на военную службу. В случае утраты указанных документов в двухнедельный срок обратиться в военный комиссариат либо в соответствующий орган местного самоуправления поселения или соответствующий орган местного самоуправления городского округа, осуществляющий первичный воинский учет, для решения вопроса о получении документов взамен утраченных.

2. Граждане, подлежащие призыву на военную службу, выезжающие в период проведения призыва на срок более трех месяцев с места жительства или места пребывания, должны лично сообщить об этом в военный комиссариат либо в соответствующий орган местного самоуправления поселения или соответствующий орган местного самоуправления городского округа, осуществляющий первичный воинский учет.

| | |
|---|---|
| 5 | Охарактеризованы обязанности граждан по воинскому учету(не менее 3-х пунктов)<br>1. В целях обеспечения воинского учета граждане обязаны:<br>1. состоять на воинском учете по месту жительства (граждане, прибывшие на место пребывания на срок более трех месяцев или проходящие альтернативную гражданскую службу, - по месту их пребывания) в военном комиссариате, а граждане, имеющие воинские звания офицеров и пребывающие в запасе Службы внешней разведки Российской Федерации и в запасе Федеральной службы безопасности Российской Федерации, - в указанных органах;<br>2. явиться в указанные в повестке военного комиссариата время и место либо по вызову соответствующего органа местного самоуправления поселения или соответствующего органа местного самоуправления городского округа, осуществляющего первичный воинский учет;<br>3. при исключении их из списков личного состава воинской части в связи с увольнением с военной службы в запас Вооруженных Сил Российской Федерации, освобождении от отбывания наказания в виде лишения свободы, получении гражданином женского пола военно-учетной специальности, приобретении гражданства Российской Федерации (для граждан, подлежащих постановке на воинский учет) явиться в двухнедельный срок со дня наступления указанных событий в военный комиссариат для постановки на воинский учет;<br>4. сообщить в двухнедельный срок в военный комиссариат либо в соответствующий орган местного самоуправления поселения или соответствующий орган местного самоуправления городского округа, осуществляющий первичный воинский учет, об изменении семейного положения, образования, места работы или должности, о переезде на новое место жительства, расположенное в пределах территории муниципального образования, или место пребывания;<br>5. явиться в двухнедельный срок в военный комиссариат для постановки на воинский учет, снятия с воинского учета и |

| | |
|---|---|
| | внесения изменений в документы воинского учета при переезде на новое место жительства, расположенное за пределами территории муниципального образования, место пребывания на срок более трех месяцев либо выезде из Российской Федерации на срок более шести месяцев или въезде в Российскую Федерацию;<br>6. бережно хранить военный билет (временное удостоверение, выданное взамен военного билета), а также удостоверение гражданина, подлежащего призыву на военную службу. В случае утраты указанных документов в двухнедельный срок обратиться в военный комиссариат либо в соответствующий орган местного самоуправления поселения или соответствующий орган местного самоуправления городского округа, осуществляющий первичный воинский учет, для решения вопроса о получении документов взамен утраченных.<br><br>2. Граждане, подлежащие призыву на военную службу, выезжающие в период проведения призыва на срок более трех месяцев с места жительства или места пребывания, должны лично сообщить об этом в военный комиссариат либо в соответствующий орган местного самоуправления поселения или соответствующий орган местного самоуправления городского округа, осуществляющий первичный воинский учет. |

**Дидактическая единица:** 1.1 основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;

**Занятие(-я):**

2.2.12.Закрепление знаний по теме "Основы здорового образа жизни"

**Задание №1**

**1.Здоровый образ жизни – это**

1. Занятия физической культурой

2. Перечень мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья

3. Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья

4. Лечебно-оздоровительный комплекс мероприятий

**2. Образование раковых опухолей у курильщиков вызывает**

1. радиоактивные вещества
2. никотин
3. эфирные масла
4. цианистый водород

**3. Что такое режим дня?**

1. порядок выполнения повседневных дел
2. строгое соблюдение определенных правил
3. перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения
4. установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, сон, питание и отдых

**4. Что такое рациональное питание?**

1. питание, распределенное по времени принятия пищи
2. питание с учетом потребностей организма
3. питание набором определенных продуктов
4. питание с определенным соотношением питательных веществ

**5. Назовите питательные вещества имеющие энергетическую ценность**

1. белки, жиры, углеводы, минеральные соли
2. вода, белки, жиры и углеводы
3. белки, жиры, углеводы
4. жиры и углеводы

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица:** 2.3 оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.
**Занятие(-я):**
2.2.12.Закрепление знаний по теме "Основы здорового образа жизни"
**Задание №1**
**Вопрос № 1**
Воинская обязанность-это…
а - особый вид государственной службы, исполняемой гражданами в Вооруженных силах и других войсках
б - установленный государством воинский долг по военной защите своей страны
в - установленный государством почетный долг граждан с оружием в руках защищать свое Отечество, нести службу в рядах, Вооруженных сил, проходить вневоинскую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности
**Вопрос № 2**
Что предусматривает воинская обязанность граждан в период мобилизации, военного положения и в военное время?
а - отсрочку от военной службы
б - призыв на военную службу
в - прохождение военной службы
г - военное обучение
д - призыв на военные сборы и их прохождение
**Вопрос № 3**

Какие санкции принимаются в отношении гражданина, на являющегося по вызову военного комиссариата в указанный срок без уважительной причины?

а - Моральная и материальная ответственность

б - дисциплинарная ответственность в соответствии с законодательством РФ

в - Административная ответственность в соответствии с законодательством РФ

г - Уголовная ответственность в соответствии с Уголовным кодексом РФ

**Вопрос № 4**

Что предусматривает обязательная подготовка к военной службе?

а - Подготовку по основам военной службы в общеобразовательных учреждениях и учебных пунктах органов местного самоуправления

б - Участие в военно-патриотической работе и подготовку в военно-патриотических объединениях

в - Членство в какой либо организации, имеющей военную направленность

г - Овладение одной или несколькими военно-учетными специальностями

д -Прохождение медицинского освидетельствования

**Вопрос № 5**

Какая может быть вынесена оценка по результатам профессионального психологического отбора о пригодности гражданина к исполнению обязанностей в сфере военной деятельности?

а - Рекомендуется вне очереди - высшая категория профессиональной пригодности

б - Рекомендуется в первую очередь - первая категория профессиональной пригодности

в - Рекомендуется - вторая категория профессиональной пригодности

г - Рекомендуется условно - третья категория профессиональной пригодности

д -Не рекомендуется - четвертая категория профессиональной пригодности

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | отвеченно правильно на 3 вопроса |
| 4 | отвеченно правильно на 4 вопроса |
| 5 | отвеченно правильно на 5 вопроса |

## 2.6 Текущий контроль (ТК) № 6

**Тема занятия:** 3.1.9.Другие виды Вооруженных Сил

**Метод и форма контроля:** Тестирование (Опрос)

**Вид контроля:** письменное тестирование

**Дидактическая единица:** 1.3 потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

**Занятие(-я):**

1.1.4.Повторение правил поведения при ЧС различного типа

1.1.5.Единая государственная система предупреждения и ликвидации

чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.
1.2.4.Средства индивидуальной и коллективной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного времени
1.2.6.Повторение правил безопастного поведения в ЧС различного характера

**Задание №1**

**1. Перечислите не менее пяти ЧС природного характера.**

_____
_____
_____
_____

**2. Установите соответствие между терминами и понятиями**

1) Землетрясение

_____

2) Оползень

_____

3) Обвал

_____

а) смещение масс горных пород по склону под воздействием собственного веса и дополнительной нагрузки вследствие подмыва склона, переувлажнения, сейсмических толчков и иных процессов;
б) отрыв и катастрофическое падение больших масс горных пород, их опрокидывание, дробление и скатывание на крутых и обрывистых склонах;
в) подземные толчки и колебания земной поверхности, возникающие в результате внезапных смещений и разрывов в земной коре или верхней части мантии Земли и передающиеся на большие расстояния в виде упругих колебаний.

**3. Установите соответствие между видами чрезвычайных ситуаций и оболочкой Земли, где возможно их возникновение.**

1) Сель

_____

2) Торнадо

_____

3) Цунами

_____

а) атмосфера;
б) гидросфера;
в) литосфера.

**4. Как называются подземные толчки и колебания земной поверхности, вызванные естественными процессами, происходящими в земной коре?**

- землетрясением;
- разломами;
- обвалом;
- извержением вулкана.

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица:** 1.4 основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
**Занятие(-я):**

**Задание №1**
**1. При какой скорости смещения оползня рекомендуется эвакуация населения?**

а) 1,5 м/в сутки;
б) 1,5 м/в месяц;
в) 1,5 м/в год;
г) 0,06 м/в год.
**2. Как называются отрыв и падение больших масс горных пород, их опрокидывание, дробление и скатывание на крутых и обрывистых склонах?**

а) оползень;
б) обвал;
в) лавина;
г) разламывание.

**3. Как называется бурный грязевой или грязево-каменный поток, стихийно формирующийся в руслах горных рек?**

а) селем;
б) обвалом;
в) лавиной;
г) наводнением.

**4. В число природных пожаров НЕ входят:**

а) лесные пожары;
б) пожары степных и хлебных массивов;
в) торфяные пожары**;**
г) пожары в жилом секторе.

**5. Скользящее вниз смещение масс грунта под дейст вием сил тяжести называют:**

а) оползнем**;**
б) вулканическим извержением;
в) лавой;
г) магмой.

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица:** 1.5 основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
**Занятие(-я):**
3.1.3.Организационная структура Вооруженных Сил России.
**Задание №1**
**1. Военная служба исполняется гражданами:**
а) только в Вооруженных Силах Российской Федерации;

б) в Вооруженных Силах Российской Федерации, пограничных войсках Федеральной пограничной службы Российской Федерация и войсках гражданской обороны;

в) в Вооруженных Силах Российской Федерации, других войсках, органах и формированиях.

**2.Уклонившимся от исполнения воинской обязанности считается гражданин:**
а) не явившийся по вызову военного комиссариата в указанный срок без уважительной причины;
б) явившийся по вызову военного комиссариата без необходимых документов;
в) не явившийся по вызову военного комиссариата в указанный срок, даже имея уважительную причину.

**3.Заключение по результатам освидетельствования категории «Г» означает:**
а) не годен к военной службе;
б) временно не годен к военной службе;
в) годен к военной службе с незначительными ограничениями.

**4.Граждане, состоящие в запасе, могут призываться на военные сборы продолжительностью:**
а) до одного месяца, но не чаще одного раза в пять лет;
б) до двух месяцев, но не чаще одного раза в три года;
в) до трех месяцев, но не чаще одного раза в четыре года.

5. **Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации подразделяются на:**
а) уставы родов войск и строевые;
б) тактические, стрелковые и общевоинские;
в) боевые и общевоинские.

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвеченон а 5 вопросов |

**Дидактическая единица:** 1.8 основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
**Занятие(-я):**

**Задание №1**
**1. Какой устав определяет предназначение, порядок организации и несения гарнизонной и караульной служб, права и обязанности должностных лиц гарнизона и военнослужащих, несущих эти службы, а также регламентирует проведение гарнизонных мероприятий с участием войск:**
а) Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации;
б) Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации;
в) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации.

**2. Из приведенных ниже ответов определите, кому предоставляется отсрочка от призыва на военную службу:**

а) отбывающим наказание в виде обязательных или исправительных работ, находящимся под арестом или осужденным, находящимся в местах лишения свободы, имеющим неснятую или непогашенную судимость за совершение преступления, в отношении которых ведется следствие или уголовное дело передано в суд;

б) временно не годным к военной службе по состоянию здоровья, постоянно работающим в сельской местности врачам — на время этой работы, получающим послевузовское образование и постоянно работающим на педагогических должностях в сельской местности — на время этой работы;

в) прошедшим альтернативную службу в РФ, имеющим детей в возрасте от 3 до 18 лет, проходящим государственную службу в органах местного самоуправления.

**3.Каким законодательным актом установлена система воинских званий для всех составов военнослужащих:**
а) Законом Российской Федерации «О безопасности»;
б) Федеральным законом Российской Федерации «О статусе военнослужащих»;
в) Федеральным законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе».

**4. На военнослужащего, совершившего дисциплинарное правонарушение, могут налагаться только те дисциплинарные взыскания, которые определены:**
а) в Дисциплинарном уставе Вооруженных Сил Российской Федерации;
б) в Уголовном кодексе Российской Федерации;
в) в Гражданском кодексе Российской Федерации.

**5.По служебному положению и воинскому званию военнослужащие могут быть:**
а) начальниками и подчиненными;
б) командирами и солдатами;
в) срочной и контрактной службы

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица:** 1.9 основные виды военно-профессиональной

деятельности;
**Занятие(-я):**
3.1.8.Функции и основные задачи Вооруженных Сил РФ.
**Задание №1**
1. Железнодорожные войска состоят:
а) из соединений
б) из специализированных частей
в) из армий и дивизий

2. К деятельности Войск ГО в мирное время относят:
а) деятельность при авариях
б) строительство дорог
в) деятельность при борьбе с терроризмом

3. В каком году появился термин «внутренние войска»?
а) 1920
б) 1918
в) 1921

4. Вид Вооруженных Сил – это…
Перечисли их.

5. Войска Федеральной связи предназначены:
а) для обеспечения личной безопасности
б) для обеспечения информационной безопасности
в) для обеспечения государственной безопасности

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвеченно на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

## 2.7 Текущий контроль (ТК) № 7

**Тема занятия:** 3.3.1.Символы воинской чести. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.
**Метод и форма контроля:** Письменный опрос (Опрос)
**Вид контроля:** тестовое задание
**Дидактическая единица:** 1.6 порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
**Занятие(-я):**

3.1.11.Формирование знаний об управлении и руководстве Вооруженными Силами.

**Задание №1**

1. Пограничные войска предназначаются:
а) Для охраны государственных объектов
б) Для выполнения стратегических задач
в) Для охраны Государственной границы

2. Войска ГО состоят:
а) из округов
б) из учебных заведений
в) из воинских формирований

3. К деятельности Железнодорожных войск относят:
а) ведение боевых действий в тылу
б) эксплуатации ж/д дорог
в) деятельность при авариях

4. В каком году Пограничные войска вошли в состав ФСБ?
а) в 2000г.
б) в 2001г.
в) в 2003г.

5. Род Вооруженных Сил – это…
Перечисли их.

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвеченно на три вопроса |
| 4 | правильно отвеченно на четыре вопроса |
| 5 | правильно отвеченно на пять вопросов |

**Дидактическая единица:** 1.10 особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;

**Занятие(-я):**

3.1.10.Роль и место Вооруженных Сил в системе обеспечения безопасности страны.

**Дидактическая единица:** 1.11 требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;

**Занятие(-я):**

3.2.1.Патриотизм - духовно - нравственная основа личности военнослужащего.

3.2.4.Воинское товарищество - боевая традиция российской армии.
**Дидактическая единица:** 2.6 развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
**Занятие(-я):**
3.1.1.Концепция национальной безопасности
3.1.2.Состав ВС РФ
3.1.3.Организационная структура Вооруженных Сил России.
3.1.5.Создание сухопутных войск, их история .
3.1.6.Военно-воздушные силы, история их создания.
3.1.7.Военно Морской Флот, история создания, предназначение.
3.1.8.Функции и основные задачи Вооруженных Сил РФ.
3.1.9.Другие виды Вооруженных Сил
3.1.10.Роль и место Вооруженных Сил в системе обеспечения безопасности страны.
3.1.11.Формирование знаний об управлении и руководстве Вооруженными Силами.
3.1.12.Реформа Вооруженных Сил России.
3.1.13.Пограничные, Внутренние и Железнодорожные войска.
3.1.14.Войска Федеральной связи. Войска Гражданской обороны.
3.2.1.Патриотизм - духовно - нравственная основа личности военнослужащего.
3.2.3.Основные формы увековечивания памяти российских воинов.
3.2.4.Воинское товарищество - боевая традиция российской армии.

## 2.8 Текущий контроль (ТК) № 8

**Тема занятия:** 3.3.2.Меры безопасности при проведении военных сборов
**Метод и форма контроля:** Письменный опрос (Опрос)
**Вид контроля:** тестирование
**Дидактическая единица:** 1.7 состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
**Занятие(-я):**
3.1.3.Организационная структура Вооруженных Сил России.
3.1.4.Ракетные войска стратегического назначения, их предназначение.
3.1.5.Создание сухопутных войск, их история .
3.1.6.Военно-воздушные силы, история их создания.
3.1.7.Военно Морской Флот, история создания, предназначение.
3.1.9.Другие виды Вооруженных Сил
3.1.12.Реформа Вооруженных Сил России.
3.1.13.Пограничные, Внутренние и Железнодорожные войска.
3.1.14.Войска Федеральной связи. Войска Гражданской обороны.
3.3.1.Символы воинской чести. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.
**Дидактическая единица:** 1.12 предназначение, структуру и задачи РСЧС;
**Занятие(-я):**
3.3.1.Символы воинской чести. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.
**Дидактическая единица:** 1.13 предназначение, структуру и задачи гражданской

обороны;
**Занятие(-я):**
3.2.3.Основные формы увековечивания памяти российских воинов.
3.3.1.Символы воинской чести. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.
**Дидактическая единица:** 1.4 основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
**Занятие(-я):**

**Дидактическая единица:** 2.4 для ведения здорового образа жизни;
**Занятие(-я):**
2.2.12.Закрепление знаний по теме "Основы здорового образа жизни"

## 3. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДИСЦИПЛИНЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЙ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

| № семестра | Вид промежуточной аттестации |
|---|---|
| 2 | Дифференцированный зачет |

| Дифференцированный зачет может быть выставлен автоматически по результатам текущих контролей |
|---|
| Текущий контроль №1 |
| Текущий контроль №2 |
| Текущий контроль №3 |
| Текущий контроль №4 |
| Текущий контроль №5 |
| Текущий контроль №6 |
| Текущий контроль №7 |
| Текущий контроль №8 |

**Метод и форма контроля:** Контрольная работа (Сравнение с аналогом)
**Вид контроля:** Письменная контрольная работа содержит 2 теоретических задания и 1 практическое задание
**Дидактическая единица для контроля:**
1.1 основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;
**Задание №1 (из текущего контроля)**
1.Назовите основное (-ые) физическое (-ие) качество (-а) личности человека.
А) способность поднять большой вес; Б) способность передвинуть тяжелый груз с места на место; В) сила, выносливость, быстрота, ловкость, гибкость; Г) крепкая костно-мышечная система.
2. К какой группе относятся здоровые люди, физическое и психическое развитие которых соответствует возрасту, они не имеют хронических заболеваний, редко болеют?
А) к 4-й группе; Б) ко 2-й группе; В) к 3 группе; Г) к 1-й группе.
3. На здоровый образ жизни человека оказывает негативное влияние ряд отрицательных факторов. Определите фактор риска естественной природной среды.
А) солнечная активность; Б) изменение микроклимата; В) возрастание напряженности электромагнитного поля Земли; Г) нарушение температурного режима.
4. Дайте определение, что такое гигиена.
А) это наука, изучающая условия, необходимые для сохранения и укрепления

здоровья; Б) это регулярное принятие душа, мытье рук и ног; В) это способность человека не допускать возникновения инфекционных заболеваний; Г) это поддержание чистоты и порядка в квартире.
5. Как вы понимаете, что такое духовное здоровье.
А) знание культуры и искусства; Б) начитанность и образованность человека; В) состояние системы мышления и мировоззрения; Г) умение воспринимать красоту окружающего мира.

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвеченно на 3 вопроса |
| 4 | Правильно отвеченно на 4 вопроса |
| 5 | Правильно отвеченно на 5 вопросов |

**Задание №2 (из текущего контроля)**

1. Что вызывает образование раковых опухолей у курильщиков?

1. Радиоактивные вещества
2. Никотин
3. Эфирные масла
4. Цианистый водород

1. Во сколько раз угарный газ (окись углерода), образующийся при горении табака, растворяется в крови курильщика быстрее, чем кислород?

1. В 300 раз
2. В 100 раз
3. В 200 раз
4. В 400 раз

1. Пассивный курильщик – это человек

1. Выкуривающий до двух сигарет в день
2. Находящийся в одном помещении с курильщиком
3. Выкуривающий одну сигарету натощак
4. Нюхающий табак

1. Что такое здоровый образ жизни?

1. Перечень мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья
2. Лечебно – физкультурный оздоровительный комплекс
3. Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление. Здоровья
4. Регулярные занятия физической культурой

1. Алкоголь, попавший в организм человека:

1. Растворяется в крови и разносится по всему организму, оказывая разрушительное действие на все ткани и органы
2. Быстро выводится вместе с мочой
3. Не выводится из организма до самой смерти
4. Оказывает благоприятное воздействие на внутренние органы человека

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечена на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Задание №3 (из текущего контроля)**

1.Здоровый образ жизни – это А) мировоззрение человека, которое складывается из знаний о здоровье; Б) индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья; В) система жизнедеятельности человека, в которой главной составляющей является отказ от вредных привычек; Г) достаточная двигательная активность и правильность питания.

2. Режим жизнедеятельности человека – это

А) установленный порядок работы, отдыха, питания и сна; Б) система жизнедеятельности человека в быту и на производстве; В) индивидуальная форма существования человека в условиях среды обитания; Г) способность просыпаться и выходить на учебу в одно и то же время.

3.К какой группе здоровья относятся дети со сниженной сопротивляемостью организма, у которых отсутствуют хронические заболевания, а также дети, часто (4 раза в год и более) и длительно болеющие (более 25 дней по одному заболеванию)? А) к 4-й группе; Б) ко 2-й группе; В) к 1-й группе; Г) к 3-й группе.

4. Основными составляющими тренированности организма человека являются:

А) сила, ловкость, умение выдерживать различные нагрузки, высокая работоспособность; Б) сердечно-дыхательная выносливость, мышечная сила и выносливость, скоростные качества, гибкость; В) выносливость опорно-двигательного аппарата, своевременная реакция центральной нервной системы на изменения физических нагрузок, гибкость и ловкость. Г) развитость костно-

мышечной системы, способность перемещать тяжелые предметы на определенное расстояние;
5. Три основных признака наркомании и токсикомании – это:
А) психическая и физическая зависимость, изменение чувствительности к наркотику; Б) вкусовая и биологическая зависимость, изменение материального положения; В) зрительная и химическая зависимость, изменение материального положения; Г) значительная потеря веса, падение интереса к жизни, частые болезни.

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечить на 5 вопросов |

**Задание №4 (из текущего контроля)**
**1.Здоровый образ жизни – это**

1. Занятия физической культурой
2. Перечень мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья
3. Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья
4. Лечебно-оздоровительный комплекс мероприятий

**2. Образование раковых опухолей у курильщиков вызывает**

1. радиоактивные вещества
2. никотин
3. эфирные масла
4. цианистый водород

**3. Что такое режим дня?**

1. порядок выполнения повседневных дел
2. строгое соблюдение определенных правил
3. перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения
4. установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, сон, питание и отдых

**4. Что такое рациональное питание?**

1. питание, распределенное по времени принятия пищи
2. питание с учетом потребностей организма
3. питание набором определенных продуктов
4. питание с определенным соотношением питательных веществ

**5. Назовите питательные вещества имеющие энергетическую ценность**

1. белки, жиры, углеводы, минеральные соли
2. вода, белки, жиры и углеводы
3. белки, жиры, углеводы
4. жиры и углеводы

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|

| | |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица для контроля:**

1.2 репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

**Задание №1 (из текущего контроля)**

1.Какими факторами определяется здоровье населения? Выберите правильный ответ.

А) на 49-53% образом жизни, на 18-22% генетической и биологической основой, на 17-20% природно-климатическими условиями, на 8-10% зависит от уровня здравоохранения; Б) на 30-40% образом жизни, на 25-35% генетической и биологической основой, на 10-15% природно-климатическими условиями, на 10-15% зависит от уровня здравоохранения; В) на 18-22% образом жизни, на 49-53% генетической и биологической основой, на 8-10% природно-климатическими условиями, на 17-20% зависит от уровня здравоохранения; Г) на 30-40% образом жизни, на 10-15% генетической и биологической основой, на 25-35% природно-климатическими условиями, на 10-15% зависит от уровня здравоохранения.

2.На здоровый образ человека оказывает негативное влияние ряд отрицательных факторов. Определите факторы риска, связанные с урбанизацией.

А) радиация; Б) монотонный ритм работы, ритм ночной работы; В) низкий уровень денежных доходов; Г) воздействие психологической нагрузки по причине роста темпа жизни.

3. Сердечно-дыхательная выносливость – это:

А) способность выдерживать в течение суток предельно допустимые нагрузки; Б) способность выдерживать в течение недели чередование легких, средних и тяжелых нагрузок; В) способность выдерживать в течение длительного времени физическую нагрузку умеренной интенсивности; Г) способность сердечно-сосудистой системы выдерживать сильный стресс.

4. Отрицательное влияние алкоголя на органы человека характеризуются:

А) нарушением защитной функции печени, мозжечка, развитием туберкулеза; Б) развитием сахарного диабета, увеличением мочевого пузыря; В) снижением защитной функции организма при переохлаждении; Г) возникновением болезней системы кроветворения.

5. Назовите условия, способствующие возникновению умственного утомления:

А) недостаточная освещенность, не соответствующее росту учащегося рабочее место, периодические отвлечения на физическую работу; Б) непроветриваемое помещение, плохое освещение, отсутствие перерывов, однообразие работы; В) отсутствие физкультпаузы , однообразие работы; Г) длительное нахождение за монитором компьютера.

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица для контроля:**
1.3 потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

**Задание №1 (из текущего контроля)**

**1. Причиной землетрясений может стать:**

а) волновые колебания в скальных породах;

б) сдвиг в скальных породах земной коры, разлом, вдоль которого один скальный массив с огромной силой трется о другой;

в) строительство очистных сооружений в зонах тектонических разломов.

**2. Вы находитесь дома один. Вдруг задрожали стекла и люстра, с полок начала падать посуда и книги. Вы срочно:**

а) закроете окна и двери, перейдете в подвальное помещение или защитное сооружение.

б) позвоните родителям на работу, чтобы предупредить о происшествии и договорится, о месте встречи;

в) займете место в дверном проеме;

**3. Наибольшую опасность при извержении вулкана представляют:**

а) тучи пепла и газов («палящая туча»); б) взрывная волна и разброс обломков;

в) водяные грязекаменные потоки; г) резкие колебания температуры.

**4. Одна из причин образования оползней:**

а) вода, просочившаяся по трещинам и порам в глубь пород и ведущая там разрушительную работу;

б) вулканическая деятельность;

в) сдвиг горных пород.

**5. Сила ветра измеряется его скоростью. Кто из ученых создал шкалу силы ветра:**

а) Менделеев; б) Рихтер; в) Ломоносов; г) Бофорт

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на три вопроса |

| | |
|---|---|
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Задание №2 (из текущего контроля)**

**1. Перечислите не менее пяти ЧС природного характера.**

_____

_____

_____

_____

**2. Установите соответствие между терминами и понятиями**

1) Землетрясение

_____

2) Оползень

_____

3) Обвал

_____

а) смещение масс горных пород по склону под воздействием собственного веса и дополнительной нагрузки вследствие подмыва склона, переувлажнения, сейсмических толчков и иных процессов;

б) отрыв и катастрофическое падение больших масс горных пород, их опрокидывание, дробление и скатывание на крутых и обрывистых склонах;

в) подземные толчки и колебания земной поверхности, возникающие в результате внезапных смещений и разрывов в земной коре или верхней части мантии Земли и передающиеся на большие расстояния в виде упругих колебаний.

**3. Установите соответствие между видами чрезвычайных ситуаций и оболочкой Земли, где возможно их возникновение.**

1) Сель

_____

2) Торнадо

_____

3) Цунами

_____

а) атмосфера;

б) гидросфера;

в) литосфера.

**4. Как называются подземные толчки и колебания земной поверхности, вызванные естественными процессами, происходящими в земной коре?**

- землетрясением;
- разломами;
- обвалом;
- извержением вулкана.

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица для контроля:**

1.4 основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

**Задание №1 (из текущего контроля)**

1. Заторы и зажоры, наводнения относятся к:
а) геофизическим опасным явлениям;
б) геологическим опасным явлениям;
в) метеорологическим опасным явлениям;
г) Человек выкуривающий гидрологическим опасным явлениям.
2. Чрезвычайная ситуация, в результате которой зона чрезвычайной ситуации затрагивает территорию двух и более пачки в день;субъектов Российской Федерации, при этом количество пострадавших составляет свыше 50 человек, но не более 500 человек либо размер материального ущерба составляет свыше 5 млн. рублей, но не более 500 млн. рублей называется:
3) Во сколько раз чаще встречается заболевание сердца у курильщиков?
а) В 12-13 раз,
б) В 2-3 раза,
в) В 5-6 раз,
г) В 8-9 раз;
4) Спирт главным образом действует на:
а) Опорно-двигательный аппарат,
б) Нервную систему,
в) Легочную систему,
г) Костную ткань;
5) Влияет ли алкоголь на железы внутренней секреции?
а) Влияет, но незначительно,
б) Не влияет,
в) Влияет;

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|

| | |
|---|---|
| 3 | правильно отвечены на 3 вопроса |
| 4 | Правильно оьтвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Задание №2 (из текущего контроля)**

**1. При какой скорости смещения оползня рекомендуется эвакуация населения?**

а) 1,5 м/в сутки;
б) 1,5 м/в месяц;
в) 1,5 м/в год;
г) 0,06 м/в год.

**2. Как называются отрыв и падение больших масс горных пород, их опрокидывание, дробление и скатывание на крутых и обрывистых склонах?**

а) оползень;
б) обвал;
в) лавина;
г) разламывание.

**3. Как называется бурный грязевой или грязево-каменный поток, стихийно формирующийся в руслах горных рек?**

а) селем;
б) обвалом;
в) лавиной;
г) наводнением.

**4. В число природных пожаров НЕ входят:**

а) лесные пожары;
б) пожары степных и хлебных массивов;
в) торфяные пожары**;**
г) пожары в жилом секторе.

**5. Скользящее вниз смещение масс грунта под дейст вием сил тяжести называют:**

а) оползнем**;**
б) вулканическим извержением;
в) лавой;
г) магмой.

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица для контроля:**

1.5 основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;

**Задание №1 (из текущего контроля)**

**1. Военная служба исполняется гражданами:**

а) только в Вооруженных Силах Российской Федерации;

б) в Вооруженных Силах Российской Федерации, пограничных войсках Федеральной пограничной службы Российской Федерация и войсках гражданской обороны;

в) в Вооруженных Силах Российской Федерации, других войсках, органах и формированиях.

**2.Уклонившимся от исполнения воинской обязанности считается гражданин:**

а) не явившийся по вызову военного комиссариата в указанный срок без уважительной причины;

б) явившийся по вызову военного комиссариата без необходимых документов;

в) не явившийся по вызову военного комиссариата в указанный срок, даже имея уважительную причину.

**3.Заключение по результатам освидетельствования категории «Г» означает:**

а) не годен к военной службе;

б) временно не годен к военной службе;

в) годен к военной службе с незначительными ограничениями.

**4.Граждане, состоящие в запасе, могут призываться на военные сборы продолжительностью:**

а) до одного месяца, но не чаще одного раза в пять лет;

б) до двух месяцев, но не чаще одного раза в три года;

в) до трех месяцев, но не чаще одного раза в четыре года.

5. **Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации подразделяются на:**

а) уставы родов войск и строевые;
б) тактические, стрелковые и общевоинские;
в) боевые и общевоинские.

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвеченон а 5 вопросов |

**Дидактическая единица для контроля:**
1.6 порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;

**Задание №1 (из текущего контроля)**

1. Пограничные войска предназначаются:
а) Для охраны государственных объектов
б) Для выполнения стратегических задач
в) Для охраны Государственной границы

2. Войска ГО состоят:
а) из округов
б) из учебных заведений
в) из воинских формирований

3. К деятельности Железнодорожных войск относят:
а) ведение боевых действий в тылу
б) эксплуатации ж/д дорог
в) деятельность при авариях

4. В каком году Пограничные войска вошли в состав ФСБ?
а) в 2000г.
б) в 2001г.
в) в 2003г.

5. Род Вооруженных Сил – это…
Перечисли их.

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | правильно отвеченно на три вопроса |

| | |
|---|---|
| 4 | правильно отвеченно на четыре вопроса |
| 5 | правильно отвеченно на пять вопросов |

**Дидактическая единица для контроля:**

1.7 состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;

**Задание №1 (из текущего контроля)**

Охарактеризуйте состав и предназначение ВС РФ.

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | 1. Перечислен состав ВС РФ (Допущенно не более 5-ти ошибок)<br>**Состав ВС РФ**<br><br>2. Охарактеризованно предназначение ВС РФ<br>Предназначение ВС РФ<br>*Вооруженные Силы* (ВС) РФ — государственная военная организация, предназначенная для отражения агрессии, направленной против РФ, вооруженной защиты целостности и неприкосновенности российской территории, выполнения задач в соответствии с российскими законами и международными договорами РФ. |

| | |
|---|---|
| 4 | 1. Перечислен состав ВС РФ (Допущенно не более 3-х ошибок)<br>**Состав ВС РФ**<br><br>2. Охарактеризованно предназначение ВС РФ<br>Предназначение ВС РФ<br>*Вооруженные Силы* (ВС) РФ — государственная военная организация, предназначенная для отражения агрессии, направленной против РФ, вооруженной защиты целостности и неприкосновенности российской территории, выполнения задач в соответствии с российскими законами и международными договорами РФ. |
| 5 | 1. Перечислен состав ВС РФ (Допущенно не более 1-ой ошибки)<br>**Состав ВС РФ**<br><br>2. Охарактеризованно предназначение ВС РФ<br>Предназначение ВС РФ<br>*Вооруженные Силы* (ВС) РФ — государственная военная организация, предназначенная для отражения агрессии, направленной против РФ, вооруженной защиты целостности и неприкосновенности российской территории, выполнения задач в соответствии с российскими законами и международными договорами РФ. |

**Дидактическая единица для контроля:**

1.8 основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;

**Задание №1 (из текущего контроля)**

Охарактеризовать обязанности граждан по воинскому учету.

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | Охарактеризованы обязанности граждан по воинскому учету(не менее 3-х пунктов)<br>1. В целях обеспечения воинского учета граждане обязаны:<br>1. состоять на воинском учете по месту жительства (граждане, прибывшие на место пребывания на срок более трех месяцев или проходящие альтернативную гражданскую службу, - по месту их пребывания) в военном комиссариате, а граждане, имеющие воинские звания офицеров и пребывающие в запасе Службы внешней разведки Российской Федерации и в запасе Федеральной службы безопасности Российской Федерации, - в указанных органах;<br>2. явиться в указанные в повестке военного комиссариата время и место либо по вызову соответствующего органа местного самоуправления поселения или соответствующего органа местного самоуправления городского округа, осуществляющего первичный воинский учет;<br>3. при исключении их из списков личного состава воинской части в связи с увольнением с военной службы в запас Вооруженных Сил Российской Федерации, освобождении от отбывания наказания в виде лишения свободы, получении гражданином женского пола военно-учетной специальности, приобретении гражданства Российской Федерации (для граждан, подлежащих постановке на воинский учет) явиться в двухнедельный срок со дня наступления указанных событий в военный комиссариат для постановки на воинский учет;<br>4. сообщить в двухнедельный срок в военный комиссариат либо в соответствующий орган местного самоуправления поселения или соответствующий орган местного самоуправления городского округа, осуществляющий |

первичный воинский учет, об изменении семейного положения, образования, места работы или должности, о переезде на новое место жительства, расположенное в пределах территории муниципального образования, или место пребывания;

5. явиться в двухнедельный срок в военный комиссариат для постановки на воинский учет, снятия с воинского учета и внесения изменений в документы воинского учета при переезде на новое место жительства, расположенное за пределами территории муниципального образования, место пребывания на срок более трех месяцев либо выезде из Российской Федерации на срок более шести месяцев или въезде в Российскую Федерацию;
6. бережно хранить военный билет (временное удостоверение, выданное взамен военного билета), а также удостоверение гражданина, подлежащего призыву на военную службу. В случае утраты указанных документов в двухнедельный срок обратиться в военный комиссариат либо в соответствующий орган местного самоуправления поселения или соответствующий орган местного самоуправления городского округа, осуществляющий первичный воинский учет, для решения вопроса о получении документов взамен утраченных.

2. Граждане, подлежащие призыву на военную службу, выезжающие в период проведения призыва на срок более трех месяцев с места жительства или места пребывания, должны лично сообщить об этом в военный комиссариат либо в соответствующий орган местного самоуправления поселения или соответствующий орган местного самоуправления городского округа, осуществляющий первичный воинский учет.

| | |
|---|---|
| 4 | Охарактеризованы обязанности граждан по воинскому учету(не менее 3-х пунктов)<br>1. В целях обеспечения воинского учета граждане обязаны:<br>1. состоять на воинском учете по месту жительства (граждане, прибывшие на место пребывания на срок более трех месяцев или проходящие альтернативную гражданскую службу, - по месту их пребывания) в военном комиссариате, а граждане, имеющие воинские звания офицеров и пребывающие в запасе Службы внешней разведки Российской Федерации и в запасе Федеральной службы безопасности Российской Федерации, - в указанных органах;<br>2. явиться в указанные в повестке военного комиссариата время и место либо по вызову соответствующего органа местного самоуправления поселения или соответствующего органа местного самоуправления городского округа, осуществляющего первичный воинский учет;<br>3. при исключении их из списков личного состава воинской части в связи с увольнением с военной службы в запас Вооруженных Сил Российской Федерации, освобождении от отбывания наказания в виде лишения свободы, получении гражданином женского пола военно-учетной специальности, приобретении гражданства Российской Федерации (для граждан, подлежащих постановке на воинский учет) явиться в двухнедельный срок со дня наступления указанных событий в военный комиссариат для постановки на воинский учет;<br>4. сообщить в двухнедельный срок в военный комиссариат либо в соответствующий орган местного самоуправления поселения или соответствующий орган местного самоуправления городского округа, осуществляющий первичный воинский учет, об изменении семейного положения, образования, места работы или должности, о переезде на новое место жительства, расположенное в пределах территории муниципального образования, или место пребывания;<br>5. явиться в двухнедельный срок в военный комиссариат для постановки на воинский учет, снятия с воинского учета и |

внесения изменений в документы воинского учета при переезде на новое место жительства, расположенное за пределами территории муниципального образования, место пребывания на срок более трех месяцев либо выезде из Российской Федерации на срок более шести месяцев или въезде в Российскую Федерацию;

6. бережно хранить военный билет (временное удостоверение, выданное взамен военного билета), а также удостоверение гражданина, подлежащего призыву на военную службу. В случае утраты указанных документов в двухнедельный срок обратиться в военный комиссариат либо в соответствующий орган местного самоуправления поселения или соответствующий орган местного самоуправления городского округа, осуществляющий первичный воинский учет, для решения вопроса о получении документов взамен утраченных.

2. Граждане, подлежащие призыву на военную службу, выезжающие в период проведения призыва на срок более трех месяцев с места жительства или места пребывания, должны лично сообщить об этом в военный комиссариат либо в соответствующий орган местного самоуправления поселения или соответствующий орган местного самоуправления городского округа, осуществляющий первичный воинский учет.

| | |
|---|---|
| 5 | Охарактеризованы обязанности граждан по воинскому учету(не менее 3-х пунктов)<br>1. В целях обеспечения воинского учета граждане обязаны:<br>1. состоять на воинском учете по месту жительства (граждане, прибывшие на место пребывания на срок более трех месяцев или проходящие альтернативную гражданскую службу, - по месту их пребывания) в военном комиссариате, а граждане, имеющие воинские звания офицеров и пребывающие в запасе Службы внешней разведки Российской Федерации и в запасе Федеральной службы безопасности Российской Федерации, - в указанных органах;<br>2. явиться в указанные в повестке военного комиссариата время и место либо по вызову соответствующего органа местного самоуправления поселения или соответствующего органа местного самоуправления городского округа, осуществляющего первичный воинский учет;<br>3. при исключении их из списков личного состава воинской части в связи с увольнением с военной службы в запас Вооруженных Сил Российской Федерации, освобождении от отбывания наказания в виде лишения свободы, получении гражданином женского пола военно-учетной специальности, приобретении гражданства Российской Федерации (для граждан, подлежащих постановке на воинский учет) явиться в двухнедельный срок со дня наступления указанных событий в военный комиссариат для постановки на воинский учет;<br>4. сообщить в двухнедельный срок в военный комиссариат либо в соответствующий орган местного самоуправления поселения или соответствующий орган местного самоуправления городского округа, осуществляющий первичный воинский учет, об изменении семейного положения, образования, места работы или должности, о переезде на новое место жительства, расположенное в пределах территории муниципального образования, или место пребывания;<br>5. явиться в двухнедельный срок в военный комиссариат для постановки на воинский учет, снятия с воинского учета и |

| | |
|---|---|
| | внесения изменений в документы воинского учета при переезде на новое место жительства, расположенное за пределами территории муниципального образования, место пребывания на срок более трех месяцев либо выезде из Российской Федерации на срок более шести месяцев или въезде в Российскую Федерацию;<br>6. бережно хранить военный билет (временное удостоверение, выданное взамен военного билета), а также удостоверение гражданина, подлежащего призыву на военную службу. В случае утраты указанных документов в двухнедельный срок обратиться в военный комиссариат либо в соответствующий орган местного самоуправления поселения или соответствующий орган местного самоуправления городского округа, осуществляющий первичный воинский учет, для решения вопроса о получении документов взамен утраченных.<br><br>2. Граждане, подлежащие призыву на военную службу, выезжающие в период проведения призыва на срок более трех месяцев с места жительства или места пребывания, должны лично сообщить об этом в военный комиссариат либо в соответствующий орган местного самоуправления поселения или соответствующий орган местного самоуправления городского округа, осуществляющий первичный воинский учет. |

**Задание №2 (из текущего контроля)**

**1. Какой устав определяет предназначение, порядок организации и несения гарнизонной и караульной служб, права и обязанности должностных лиц гарнизона и военнослужащих, несущих эти службы, а также регламентирует проведение гарнизонных мероприятий с участием войск:**

а) Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации;

б) Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации;

в) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации.

**2. Из приведенных ниже ответов определите, кому предоставляется отсрочка от призыва на военную службу:**

а) отбывающим наказание в виде обязательных или исправительных работ,

находящимся под арестом или осужденным, находящимся в местах лишения свободы, имеющим неснятую или непогашенную судимость за совершение преступления, в отношении которых ведется следствие или уголовное дело передано в суд;

б) временно не годным к военной службе по состоянию здоровья, постоянно работающим в сельской местности врачам — на время этой работы, получающим послевузовское образование и постоянно работающим на педагогических должностях в сельской местности — на время этой работы;

в) прошедшим альтернативную службу в РФ, имеющим детей в возрасте от 3 до 18 лет, проходящим государственную службу в органах местного самоуправления.

**3.Каким законодательным актом установлена система воинских званий для всех составов военнослужащих:**
а) Законом Российской Федерации «О безопасности»;
б) Федеральным законом Российской Федерации «О статусе военнослужащих»;
в) Федеральным законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе».

**4. На военнослужащего, совершившего дисциплинарное правонарушение, могут налагаться только те дисциплинарные взыскания, которые определены:**
а) в Дисциплинарном уставе Вооруженных Сил Российской Федерации;
б) в Уголовном кодексе Российской Федерации;
в) в Гражданском кодексе Российской Федерации.

**5.По служебному положению и воинскому званию военнослужащие могут быть:**
а) начальниками и подчиненными;
б) командирами и солдатами;
в) срочной и контрактной службы

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица для контроля:**
1.9 основные виды военно-профессиональной деятельности;

**Задание №1 (из текущего контроля)**

1. Железнодорожные войска состоят:
а) из соединений
б) из специализированных частей
в) из армий и дивизий

2. К деятельности Войск ГО в мирное время относят:
а) деятельность при авариях
б) строительство дорог
в) деятельность при борьбе с терроризмом

3. В каком году появился термин «внутренние войска»?
а) 1920
б) 1918
в) 1921

4. Вид Вооруженных Сил – это…
Перечисли их.

5. Войска Федеральной связи предназначены:
а) для обеспечения личной безопасности
б) для обеспечения информационной безопасности
в) для обеспечения государственной безопасности

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвеченно на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица для контроля:**
1.10 особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
**Дидактическая единица для контроля:**
1.11 требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
**Дидактическая единица для контроля:**
1.12 предназначение, структуру и задачи РСЧС;
**Задание №1 (из текущего контроля)**
***1. Назовите систему, созданную в России для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций:***

а) система наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды;
б) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС;
в) система сил и средств для ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

***2. РСЧС имеет пять уровней:***
а) объектовый;
б) территориальный;
в) местный;
г) поселковый;
д) федеральный;
е) производственный;
ж) региональный;
з) республиканский;
и) районный.

***3. РСЧС создана с целью:***
а) прогнозирования ЧС на территории Российской Федерации и организации проведения аварийно спасательных и других неотложных работ;
б) объединения усилий органов центральной власти, органов исполнительной власти, субъектов Российской Федерации, городов и районов, а также организаций, учреждений и предприятий, их сил и средств в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;
в) обеспечения первоочередного жизнеобеспечения населения, пострадавшего в чрезвычайных ситуациях на территории Российской Федерации.

***4. В зависимости от обстановки, масштаба прогнозируемой или возникшей чрезвычайной ситуации решением соответствующих органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации и органов местного самоуправления в пределах конкретной территории устанавливается один из следующих режимов функционирования РСЧС:***
а) повседневной деятельности;
б) чрезвычайной ситуации;
в) повышенной готовности;
г) прогнозирования обстановки;
д) оперативного реагирования.

***5. К зоне чрезвычайной ситуации относится:***
а) территория, на которой прогнозируется ЧС;
б) территория, на которой расположены потенциально опасные объекты;
в) территория, на которой сложилась ЧС.

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | Правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица для контроля:**

1.13 предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

**Задание №1 (из текущего контроля)**

***1. Рабочими органами комиссий по чрезвычайным ситуациям соответствующих органов государственной власти и местного самоуправления являются:***

а) специально создаваемые штабы;

б) органы управления (комитеты, управления, отделы) по делам ГОЧС;

в) эвакуационные комиссии.

***2. Назовите закон в России, определяющий правовые и организационные нормы в области защиты от чрезвычайных ситуаций:***

а) закон Российской Федерации "О безопасности";

б) Федеральный закон "Об обороне";

в) Федеральный закон "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера";

г) Федеральный закон "О гражданской обороне".

***3. Координирующим органом РСЧС на территориальном уровне, охватывающим территорию субъекта Российской Федерации, является комиссия по чрезвычайным ситуациям:***

а) межведомственная;

б) ведомственная;

в) органа исполнительной власти субъекта Российской Федерации.

***4. Назовите федеральный орган в России, решающий задачи безопасности жизнедеятельности населения:***

а) Министерство Обороны Российской Федерации;

б) Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий;

в) Федеральная служба безопасности;

г) Министерство труда и занятости Российской Федерации.

***5. Территориальные подсистемы РСЧС создаются:***

а) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в городах и районах;

б) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в поселках и населенных пунктах;

в) для предупреждения и ликвидации ЧС на промышленных объектах;

г) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в субъектах Российской Федерации в пределах их территорий и состоят из звеньев, соответствующих административно-территориальному делению этих территорий.

и) федеральный.

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица для контроля:**

2.1 владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

**Задание №1 (из текущего контроля)**

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

а) взрывы промышленных объектов в результате действия волны прорыва;

б) нарушение сельскохозяйственной деятельности и гибель урожая;

в) возникновение местных пожаров, изменение климата.

**2. Неконтролируемое горение растительности, стихийно распространяющееся по лесной территории, - это:**

а) природный пожар; б) стихийный пожар; в) лесной пожар.

**3. К поражающим факторам пожара относятся:**

а) интенсивное излучение гамма-лучей, поражающее людей;

б) разрушение зданий и поражение людей за счет смещения поверхностных слоев земли;

в) открытый огонь, токсичные продукты горения

г) образование облака зараженного воздуха.

**4. Взрыв всегда сопровождается:**

а) большим количеством выделяемой энергии;

б) резким повышением температуры;

в) резким повышением давления.

**5. 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.

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вороса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица для контроля:**
2.2 пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
**Задание №1 (из текущего контроля)**
1. От чего защищают коллективные средства защиты?
а) от действия обычного оружия б) от действия ядерного оружия в) от действия ОВ г) от действия БС д) все выше перечисленное
2. Что относится к индивидуальным средствам защиты органов дыхания?
а) общевойсковой защитный комплект б) противогаз в) аптечка АИ-1, АИ-2 г) противохимический пакет ИПП-8, 9, 10, 11 д) вентилируемый блиндаж
3. К средствам коллективной защиты относятся:
а) убежища б) укрытия в) противогаз г) респиратор
4. Что является подручным средством защиты органов дыхания
а) любая ткань, носовой платок б) противогаз в) ватно-марлевая повязка г) противопыльная тканевая маска
5. Что относится к индивидуальным медицинским средствам защиты?
а) респиратор б) ватно-марлевая повязка в) индивидуальная аптечка г) противогаз д) легкий защитный костюм

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица для контроля:**
2.3 оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.
**Задание №1 (из текущего контроля)**
**Вопрос № 1**
Воинская обязанность-это…
а - особый вид государственной службы, исполняемой гражданами в Вооруженных

силах и других войсках
б - установленный государством воинский долг по военной защите своей страны
в - установленный государством почетный долг граждан с оружием в руках защищать свое Отечество, нести службу в рядах, Вооруженных сил, проходить вневоинскую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности

**Вопрос № 2**

Что предусматривает воинская обязанность граждан в период мобилизации, военного положения и в военное время?
а - отсрочку от военной службы
б - призыв на военную службу
в - прохождение военной службы
г - военное обучение
д - призыв на военные сборы и их прохождение

**Вопрос № 3**

Какие санкции принимаются в отношении гражданина, на являющегося по вызову военного комиссариата в указанный срок без уважительной причины?
а - Моральная и материальная ответственность
б - дисциплинарная ответственность в соответствии с законодательством РФ
в - Административная ответственность в соответствии с законодательством РФ
г - Уголовная ответственность в соответствии с Уголовным кодексом РФ

**Вопрос № 4**

Что предусматривает обязательная подготовка к военной службе?
а - Подготовку по основам военной службы в общеобразовательных учреждениях и учебных пунктах органов местного самоуправления
б - Участие в военно-патриотической работе и подготовку в военно-патриотических объединениях
в - Членство в какой либо организации, имеющей военную направленность
г - Овладение одной или несколькими военно-учетными специальностями
д -Прохождение медицинского освидетельствования

**Вопрос № 5**

Какая может быть вынесена оценка по результатам профессионального психологического отбора о пригодности гражданина к исполнению обязанностей в сфере военной деятельности?
а - Рекомендуется вне очереди - высшая категория профессиональной пригодности
б - Рекомендуется в первую очередь - первая категория профессиональной пригодности
в - Рекомендуется - вторая категория профессиональной пригодности
г - Рекомендуется условно - третья категория профессиональной пригодности
д -Не рекомендуется - четвертая категория профессиональной пригодности

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | отвеченно правильно на 3 вопроса |
| 4 | отвеченно правильно на 4 вопроса |
| 5 | отвеченно правильно на 5 вопроса |

**Дидактическая единица для контроля:**

2.4 для ведения здорового образа жизни;

**Задание №1 (из текущего контроля)**

Дать определение ЗОЖ. Перечислить факторы, которые положительно и отрицательно влияют на здоровье.

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | 1. Дано опрделение "Здоровый образ жизни".<br>ЗОЖ - это концепция жизнедеятельности человека, направленная на улучшение и сохранение здоровья с помощью соответствующего питания, физической подготовки, морального настроя и отказа от вредных привычек.<br>2. Перечисленно не менее 2 - х факторов положительно влияющих на ЗОЖ, не менее 2 - х факторов отрицательно влияющих на ЗОЖ.<br>Факторы, влияющие на здоровье человека.<br>**Сфера влияния факторов** / **Факторы: Укрепляющие здоровье** / **Ухудшающие здоровье**<br>Генетические (15-20%) / Здоровая наследственность. Отсутствие морфо-функциональных предпосылок возникновения заболеваний / Наследственные заболевания и нарушения. Наследственная пред расположенность к заболеваниям<br>Состояние окружающей среды (20-25%) / Хорошие бытовые и производственные условия, благоприятные климатические и природные условия, экологически благоприятная среда / Вредные условия быта и производства, неблагоприятные климатические и природные условия, нарушение экологической обстановки |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | обитания | |
| | Медицинское обеспечение (10-15%) | Медицинский скрининг, высокий уровень профилактических мероприятий, своевременная и полноценная медицинская помощь | Отсутствие постоянного медицинского контроля за динамикой здоровья, низкий уровень первичной профилактики, некачественное медицинское обслуживание |
| | Условия и образ жизни (50-55%) | Рациональная организация жизнедеятельности, оседлый образ жизни, адекватная двигательная активность, социальный и психологический комфорт. полноценное и рациональное питание, отсутствие вредных привычек, валеологическое образование и пр. | Отсутствие рационального режима жизнедеятельности, миграционные процессы, гипо- или гипердинамия, социальный и психологический дискомфорт. неправильное питание, вредные привычки, недостаточный уровень валеологических знаний |

| | |
|---|---|
| 4 | 1. Дано опрделение "Здоровый образ жизни".<br>ЗОЖ - это концепция жизнедеятельности человека, направленная на улучшение и сохранение здоровья с помощью соответствующего питания, физической подготовки, морального настроя и отказа от вредных привычек.<br>2. Перечислено не менее 3 - х факторов положительно влияющих на ЗОЖ, не менее 3 - х факторов отрицательно влияющих на ЗОЖ.<br>Факторы, влияющие на здоровье человека. |

| **Сфера влияния факторов** | **Факторы** | |
|---|---|---|
| | **Укрепляющие здоровье** | **Ухудшающие здоровье** |
| Генетические (15-20%) | Здоровая наследственность. Отсутствие морфо-функциональных предпосылок возникновения заболеваний | Наследственные заболевания и нарушения. Наследственная пред расположенность к заболеваниям |
| Состояние окружающей среды (20-25%) | Хорошие бытовые и производственные условия, благоприятные климатические и природные условия, экологически благоприятная среда обитания | Вредные условия быта и производства, неблагоприятные климатические и природные условия, нарушение экологической обстановки |
| Медицинское обеспечение (10-15%) | Медицинский скрининг, высокий уровень профилактических мероприятий, своевременная и полноценная медицинская помощь | Отсутствие постоянного медицинского контроля за динамикой здоровья, низкий уровень первичной профилактики, некачественное медицинское обслуживание |
| Условия и образ | Рациональная | Отсутствие |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | жизни (50-55%) | организация жизнедеятельности, оседлый образ жизни, адекватная двигательная активность, социальный и психологический комфорт. полноценное и рациональное питание, отсутствие вредных привычек, валеологическое образование и пр. | рационального режима жизнедеятельности, миграционные процессы, гипо- или гипердинамия, социальный и психологический дискомфорт. неправильное питание, вредные привычки, недостаточный уровень валеологических знаний |
| 5 | 1. Дано опрделение "Здоровый образ жизни".<br>ЗОЖ - это концепция жизнедеятельности человека, направленная на улучшение и сохранение здоровья с помощью соответствующего питания, физической подготовки, морального настроя и отказа от вредных привычек.<br>2. Перечислено не менее 4 - х факторов положительно влияющих на ЗОЖ, не менее 4 - х факторов отрицательно влияющих на ЗОЖ.<br>Факторы, влияющие на здоровье человека. | | |
| | **Сфера влияния факторов** | **Факторы Укрепляющие здоровье** | **Ухудшающие здоровье** |
| | Генетические (15-20%) | Здоровая наследственность. Отсутствие морфо-функциональных предпосылок возникновения заболеваний | Наследственные заболевания и нарушения. Наследственная пред расположенность к заболеваниям |
| | Состояние окружающей среды (20-25%) | Хорошие бытовые и производственные условия, благоприятные климатические и | Вредные условия быта и производства, неблагоприятные климатические и природные условия, |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | природные условия, экологически благоприятная среда обитания | нарушение экологической обстановки |
| | Медицинское обеспечение (10-15%) | Медицинский скрининг, высокий уровень профилактических мероприятий, своевременная и полноценная медицинская помощь | Отсутствие постоянного медицинского контроля за динамикой здоровья, низкий уровень первичной профилактики, некачественное медицинское обслуживание |
| | Условия и образ жизни (50-55%) | Рациональная организация жизнедеятельности, оседлый образ жизни, адекватная двигательная активность, социальный и психологический комфорт. полноценное и рациональное питание, отсутствие вредных привычек, валеологическое образование и пр. | Отсутствие рационального режима жизнедеятельности, миграционные процессы, гипо- или гипердинамия, социальный и психологический дискомфорт. неправильное питание, вредные привычки, недостаточный уровень валеологических знаний |

**Задание №2 (из текущего контроля)**

**1.** Что такое здоровый образ жизни?

1. Перечень мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья
2. Лечебно-физкультурный оздоровительный комплекс
3. Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья
4. Регулярные занятия физкультурой

**2.** Что такое **режим дня** ?

1. Порядок выполнения повседневных дел
2. Установленных распорядок жизни человека, включающий в себя труд, питание, отдых и сон
3. Перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения
4. Строгое соблюдение определенных правил

**3.** Что такое рациональное питание?

1. Питание распределенное по времени принятия пищи
2. Питание с учетом потребностей организма
3. Питание определенным набором продуктов питания
4. Питание с определенным соотношением питательных веществ

**4.** Назовите **питательные вещества**, имеющие энергетическую ценность?

1. Белки, жиры, углеводы и минеральные соли.
2. Вода, белки, жиры и углеводы.
3. Белки, жиры, углеводы.
4. Жиры и углеводы.

**5.** Что такое **витамины**?

1. Органические химические соединения,необходимые для синтеза белков-ферментов.
2. Неорганические химические соединения,необходимые для работы организма.
3. Органические химические соединения,являющиеся ферментами.
4. Органические химические соединения, содержащиеся в продуктах питания.

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвеченом на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | поавильно отвечено на 5 вопросов |

**Дидактическая единица для контроля:**
2.5 оказания первой медицинской помощи;
**Дидактическая единица для контроля:**
2.6 развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной

службы;

**Дидактическая единица для контроля:**

2.7 вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи

**Задание №1 (из текущего контроля)**

Напишите примеры вызова служб экстренной помощи.

| *Оценка* | *Показатели оценки* |
|---|---|
| 3 | **1. Приведен пример вызова службы экстренной помощи с мобильного телефона**<br>Службы городской экстренной помощи<br>(вызов с городского телефона):<br>101 (01)- Пожарная охрана и спасатели<br>102 (02)- Милиция<br>103 (03)- Скорая помощь<br>104 (04)- Аварийная служба газовой сети<br>**Службы экстренной помощи**<br>**(вызов с мобильного (сотового) телефона):**<br>**Вызов экстренных служб через номер 112**<br>**Для экстренного вызова специальных служб также работает номер 112.**<br>**На русском и английском языках.**<br>**Вызов с номера экстренного вызова 112 возможен:**<br>**- при отсутствии денежных средств на вашем счету,**<br>**- при заблокированной SIM-карте,**<br>**- при отсутствии SIM-карты телефона,**<br>Звонок в экстренные службы является бесплатным.<br>Если Ваш мобильный аппарат не поддерживает набор номеров, состоящих из двух цифр, при звонках в экстренные службы после номера службы необходимо набирать знак *<br>01* — Вызов пожарной охраны и спасателей<br>02* — Вызов милиции<br>03* — Вызов скорой помощи<br>04* — Вызов аварийной службы газа |

| | |
|---|---|
| 4 | **1. Приведен пример вызова службы экстренной помощи с городского телефона**<br>**Службы городской экстренной помощи**<br>**(вызов с городского телефона):**<br>**101 (01)- Пожарная охрана и спасатели**<br>**102 (02)- Милиция**<br>**103 (03)- Скорая помощь**<br>**104 (04)- Аварийная служба газовой сети**<br>Службы экстренной помощи<br>(вызов с мобильного (сотового) телефона):<br>Вызов экстренных служб через номер 112<br>Для экстренного вызова специальных служб также работает номер 112.<br>На русском и английском языках.<br>Вызов с номера экстренного вызова 112 возможен:<br>- при отсутствии денежных средств на вашем счету,<br>- при заблокированной SIM-карте,<br>- при отсутствии SIM-карты телефона,<br>Звонок в экстренные службы является бесплатным.<br>Если Ваш мобильный аппарат не поддерживает набор номеров, состоящих из двух цифр, при звонках в экстренные службы после номера службы необходимо набирать знак *<br>01* — Вызов пожарной охраны и спасателей<br>02* — Вызов милиции<br>03* — Вызов скорой помощи<br>04* — Вызов аварийной службы газа |

| | |
|---|---|
| 5 | **1. Приведен пример вызова службы экстренной помощи с городского телефона и мобильного телефона**<br>Службы городской экстренной помощи<br>(вызов с городского телефона):<br>101 (01)- Пожарная охрана и спасатели<br>102 (02)- Милиция<br>103 (03)- Скорая помощь<br>104 (04)- Аварийная служба газовой сети<br>Службы экстренной помощи<br>(вызов с мобильного (сотового) телефона):<br>Вызов экстренных служб через номер 112<br>Для экстренного вызова специальных служб также работает номер 112.<br>На русском и английском языках.<br>Вызов с номера экстренного вызова 112 возможен:<br>- при отсутствии денежных средств на вашем счету,<br>- при заблокированной SIM-карте,<br>- при отсутствии SIM-карты телефона,<br>Звонок в экстренные службы является бесплатным.<br>Если Ваш мобильный аппарат не поддерживает набор номеров, состоящих из двух цифр, при звонках в экстренные службы после номера службы необходимо набирать знак *<br>01* — Вызов пожарной охраны и спасателей<br>02* — Вызов милиции<br>03* — Вызов скорой помощи<br>04* — Вызов аварийной службы газа |

**Задание №2 (из текущего контроля)**

**1. При аварии с утечкой аммиака в качестве индивидуального средства защиты используют ватно-марлевую повязку, которую смачивают:**

а) 2% - м раствором соды.

б) 2% - м раствором нашатырного спирта;

в) 2% - м раствором уксусной или лимонной кислоты;

**2. При проживании в районе с повышенным радиационным фоном и радиоактивным загрязнением местности, сложившимся в результате аварии на АЭС, вам по необходимости приходится выходить на улицу (открытую местность). Какие санитарно-гигиенические мероприятия вы должны выполнить при возвращении в дом (квартиру)? Ваши действия и их последовательность:**

а) верхнюю одежду повесить в специально отведенном месте у входа в дом, обувь

ополоснуть в специальной емкости с водой, протереть влажной тканью и оставить у порога, принять душ с мылом;
б) перед входом в дом снять одежду и вытряхнуть из нее пыль, воду из емкости вылить в канализацию, войдя в помещение, верхнюю одежду повесить в плотно закрывающийся шкаф, вымыть руки и лицо;
в) верхнюю одежду повесить в специально отведенном месте у входа в дом, предварительно вытряхнув из нее пыль, обувь ополоснуть в специальной емкости с водой и поставить в плотно закрывающийся шкаф, воду из емкости вылить в канализацию, войдя в помещение вымыть руки и лицо.

**3. Проникающая радиация может вызвать у людей:**
а) лучевую болезнь;
б) поражение центральной нервной системы;
в) поражение опорно-двигательного аппарата.

**4. Гидродинамические аварии - это:**
а) аварии на гидродинамических объектах, в результате которых могут произойти катастрофические затопления;
б) аварии на химически опасных объектах, в результате которых может произойти заражение воды;
в) аварии на пожаро-, взрывоопасных объектах, в результате которых может произойти взрыв.

**5. Антропогенные изменения в природе - это:**
а) изменения, происходящие в природе в результате чрезвычайных ситуаций природного характера;
б) изменения, происходящие в природе в результате хозяйственной деятельности человека;
в) изменения, происходящие в природе в результате воздействия солнечной энергии.

| ***Оценка*** | ***Показатели оценки*** |
|---|---|
| 3 | правильно отвечено на 3 вопроса |
| 4 | правильно отвечено на 4 вопроса |
| 5 | правильно отвечено на 5 вопросов |