



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ

ФГБОУ ВО «Ингушский государственный университет»

Гуманитарно-технический колледж

СОГЛАСОВАНО

Заведующий информационно-технического
отделения

Баркинхоева М.М. _____

от « 22 » _____ мая 2024г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГТК

_____ / Дзауров М.А.

от « 24 » _____ мая 2024г.

Фонд оценочных средств

по учебной дисциплине

БД.08 «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

для специальности

23.02.07 «Техническое обслуживание и ремонт двигателей, систем и агрегатов автомобилей»

по программе базовой подготовки

Магас -2024



Фонд оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 23.02.07 Техническое обслуживание и ремонт двигателей, систем и агрегатов автомобилей дисциплины БД.08 «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ».

Организация – разработчик: ФГБОУ ВО «Ингушский государственный университет»
Гуманитарно – технический колледж

Разработчик: Тангиев К.Я., - преподаватель информационно-технического отделения.

Рассмотрена на заседании информационно-технического отделения

Протокол № 8 от « 22 » мая 2024 г.

Рассмотрена и одобрена на заседании Методического совета ГТК.

Протокол № 7 от « 23 » мая 20 24 г.

**Паспорт
фонда оценочных средств
по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»**

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Наименование оценочного средства
Раздел 1. Понятие безопасности жизнедеятельности и общая характеристика окружающей среды	
1.1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.	Тестовые задания по теме Реферат, сообщение
1.2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства.	Тестовые задания по теме Реферат, сообщение
1.3. Организационные основы защиты населения и территории России в чрезвычайных ситуациях.	Тестовые задания по теме Реферат, сообщение
Раздел 2. Военная безопасность государства	
2.4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность.	Тестовые задания по теме Реферат, сообщение
2.5. Вооруженные силы Российской Федерации :на защите государства от военных угроз.	Тестовые задания по теме Реферат, сообщение
Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	
3.6. Факторы риска нарушений здоровья :инфекционные и неинфекционные заболевания.	Тестовые задания по теме Реферат, сообщение
3.7. Оказания первой помощи при неотложных состояниях.	Тестовые задания по теме Реферат, сообщение
Итоговое контрольное занятие.	Вопросы для письменного опроса по учебной дисциплине

Перечень оценочных средств

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
1	2	3	4
1	Тест	Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося.	Фонд тестовых заданий
2	Реферат	Продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее.	Темы рефератов
3	Доклад,сообщение	Продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебнопрактической, учебноисследовательской или научной темы.	Темы докладов, сообщений
4	Кейс-задача	Проблемное задание, в котором обучающемуся предлагают осмыслить реальную профессиональноориентированную ситуацию, необходимую для решения данной проблемы.	Задания для решения кейс-задачи

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ

ФГБОУ ВО «Ингушский государственный университет»

Гуманитарно-технический колледж

Вопросы для тестовых заданий

по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»

Раздел 1. Понятие безопасности жизнедеятельности и общая характеристика окружающей среды

1. Целью БЖД является?

- А. сформировать у человека сознательность и ответственность в отношении к личной безопасности и безопасности окружающих
- Б. защита человека от опасностей на работе и за её пределами
- В. научить человека оказывать самопомощь и взаимопомощь
- Г. научить оперативно ликвидировать последствия ЧС

2. Безопасность – это?

- А. состояние деятельности, при которой с определённой вероятностью исключается проявление опасности
- Б. разносторонний процесс создания человеческим условием для своего существования и развития
- В. сложный биологический процесс, который происходит в организме человека и позволяет сохранить здоровье и работоспособность
- Г. центральное понятие БЖД, которое объединяет явления, процессы, объекты, способные в определённых условиях принести убытие здоровью человека

3. Какие опасности относятся к техногенным?

- А. наводнение
- Б. производственные аварии в больших масштабах
- В. загрязнение воздуха
- Г. природные катаклизмы

4. Что ведет к появлению опасных и вредных факторов в производственной среде?

- А. Неправильная эксплуатация технических систем.
- Б. Несоблюдение правил техники безопасности.
- В. Превышение пределов эксплуатационной возможности технических устройств и технологических процессов.
- Г. Отсутствие защитных устройств на рабочих местах.

5. Антропогенные опасности

- А. опасности, источником которых является сам человек
- Б. продукты неполного сгорания топлива
- В. разное увеличение количества аэрозолей в атмосфере
- Г. вещества способные убивать бактерии

6. Назовите основные типы повязок, применяемых при оказании первой помощи при ранениях?

- А. Круговая (циркулярная), спиральная, черепашья, восьмиобразная, или крестообразная.
- Б. Чепец, шапочка Гиппократы, окклюзионная.
- В. Колосовидная, крестообразная, повязка Дезо.

7. Что такое среда обитания?

- А. Совокупность факторов и элементов, воздействующих на организм.
- Б. Часть биосферы.
- В. Экологическая ниша, включающая человеческое общество.

8. Антисептика

- А. комплекс мер направленных на уничтожение микробов в ране
- Б. комплекс мер направленных на исключение попадания микробов в рану
- В. комплекс мер для остановки кровотечения
- Г. комплекс мер направленных против воспалительного процесса

9. Область существования живого вещества, включающая всю гидросферу, нижнюю часть атмосферы и верхнюю часть литосферы:

- А. Сфера разума
- Б. Биосфера
- В. Ноосфера
- Г. Астеносфера

10. Процедура распознавания и количественная оценка негативных воздействий среды обитания:

Выберите один ответ:

- А. Идентификация опасностей;
- Б. Ликвидация опасностей;
- В. Защита от опасностей;
- Г. Определение риска.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Б	А	Б	В	А	А	А	А	Б	А

Раздел 2. Военная безопасность государства

№ 1. Воинская обязанность граждан РФ – это:

- а) Установленный законодательством РФ порядок службы по призыву в рядах Российской Армии;
- б) Обязанность граждан своевременно являться по повестке в военный комиссариат и не допускать уклонения от службы в Армии.
- в) Воинский учет, призыв и прохождение военной службы, пребывание в запасе, прохождение военных сборов.

Задание № 2. Военно-врачебной комиссией призывник признан временно негодным по состоянию здоровья к прохождению военной службы, ему должны предоставить:

- а) Освобождение от военной службы;
- б) Направление на альтернативную службу
- в) Отсрочку от призыва;

Задание № 3. Призывной возраст в РФ установлен:

- а) с 17 лет до 19 лет;
- б) с 16 до 23 лет;
- в) с 18 до 27 лет.

Задание № 4. Понятие «отсрочка» подразумевает:

- а) Освобождение от службы в армии;
- б) Временное освобождение от призыва;
- в) Признание негодным к военной службе.

Задание № 5. Воинский учет, призыв, прохождение в/службы, пребывание в запасе, прохождение военных сборов, это:

- а) Воинская обязанность;
- б) Конституционный долг граждан;
- в) Установленный действующим законодательством РФ порядок военной службы.

Задание № 6. Первоначальная постановка граждан мужского пола на воинский учет осуществляется:

- а) При достижении возраста 18 лет;
- б) При достижении возраста 17 лет в текущем году;
- в) В возрасте с 18 до 27 лет.

Задание № 7. Общее руководство Вооруженными силами РФ осуществляет:

- А) Министр обороны РФ;
- Б) Президент РФ;
- В) Генеральный штаб обороны РФ;

Задание № 8. Система политических, экономических, военных, социальных и правовых мер по обеспечению готовности государства к защите от вооруженного нападения, а также защите населения, территории и суверенитета РФ называется:

- А) Система пограничной службы;

- Б) Оборона;
- В) Мобилизация

Задание № 9. С 1705 г. Пётр I создал регулярную российскую армию, увеличил численность русской армии за счёт комплектования:

- А) Артиллерийских полков;
- Б) Кавалерийских полков;
- В) Рекрутских полков.

Задание №10. Альтернативная гражданская служба это особый вид трудовой деятельности ... (продолжите фразу):

- А) которая регламентирована трудовым законодательством и к понятию воинской обязанности не имеет никакого отношения;
- Б) в форме добровольной, оплачиваемой по контракту работы в сфере культуры, искусства и народных промыслов, исключительно опытными специалистами в этой сфере деятельности;
- В) осуществляемой гражданами взамен военной службы по призыву.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
В	В	В	Б	А	Б	Б	Б	В	В

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

1. Опишите симптомы отравления угарным газом:

1. Головная боль, страх, слепота.
2. Очень резкая боль при глотании, рвота с кровью, шок.
3. Через стадию возбуждения потеря сознания, судороги, снижение рефлексов.
4. Головная боль, тошнота, головокружение, потеря сознания

2. При ушибах необходимо оказать такую первую медицинскую помощь:

- а) наложить на место ушиба тугую повязку и обеспечить повреждённому месту покоя
- б) наложить тепло на место ушиба
- в) наложить на повреждённое место шину

3. При закрытых переломах необходимо оказать такую первую медицинскую помощь:

- а) положить на место травмы холод и дать пострадавшему обезболивающее средство
- б) устранить искривление конечности
- в) место травмы потеплее укутать и дать пострадавшему обезболивающее средство

4. Необходимо правильно указать, какой должна быть первая медицинская помощь при подозрении на сотрясение головного мозга:

- а) обмотать голову стерильной повязкой
- б) на голову пострадавшему наложить тёплую грелку
- в) на голову пострадавшему положить холод

5. Необходимо правильно указать, как оказать экстренную реанимационную помощь пострадавшему:

- а) не приступать к непрямому массажу сердца и не проводить искусственной вентиляции лёгких
- б) положить пострадавшего на спину на твёрдую ровную поверхность
- в) положить пострадавшего на спину на мягкую ровную поверхность

6. Правильно укажите один из главных признаков наружного кровотечения:

- а) сильная боль в повреждённой части тела
- б) кровь темно-красного цвета
- в) быстрое и пульсирующие кровотечение

7. Необходимо верно указать один из главных признаков поверхностного венозного кровотечения:

- а) слабость
- б) кровь фонтанирует из раны
- в) кровь спокойно вытекает из раны

8. Жгут при артериальном кровотечении накладывают таким образом:

- а) прижать пальцем артерию выше кровотечения, на 13-15 см выше раны наложить вокруг конечности чистую мягкую ткань
- б) плотно приложить жгут к конечности и сделать необходимое количество оборотов, а также прикрепить к жгуту записку с указанием даты и точного времени наложения
- в) прижать пальцем артерию ниже кровотечения

9. Правильно укажите вариант, который показывает в чём заключается оказание первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах:

- а) заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку

- б) смазать рану вазелином или кремом
- в) промыть рану содовым раствором и обработать её спиртом

10. Первая медицинская помощь при ушибах:

- а) наложение тепла на место ушиба
- б) наложить на повреждённое место гипс
- в) наложение холода на место ушиба

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Г	А	А	В	Б	А	В	Б	А	В

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ

ФГБОУ ВО «Ингушский государственный университет»

Гуманитарно-технический колледж

Оформление Рефератов, сообщений, докладов.

по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»

Пункт 1 - Оформление титульного листа реферата

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО

ОБРАЗОВАНИЯ РФ

ФГБОУ ВО «Ингушский государственный

университет»

Гуманитарно-технический колледж

Реферат

по дисциплине: ОБЖ

тема: «.....».

Выполнила:

ФИО,

студент (ка) №

группы

Проверил:

ФИО преподавателя

г. Магас, 20__ г.

Содержание

Введение	
3	
..... 6,, ...	
Список литературы.....	25
(учитывать алфавитный порядок)	

- Пункт 2 Требования к оформлению текстового материала:

Реферат включает в себя: титульный лист; содержание; введение; основную часть (текст которой делят на части, параграфы, подразделы, пункты - каждый раздел при этом должен начинаться на новой странице); заключение; список использованной литературы, источников; приложение. По объему введение и заключение должны составлять примерно 1/10 от объема всего реферата.

Оптимальный размер реферата составляет от 12 до 25 страниц, распечатанных на компьютере шрифтом Times New Roman (размер 12) на листах белой бумаги формата А4. При необходимости возможно дополнять реферат таблицами и схемами на листах формата А2 (не более). Правильное оформление реферата подразумевает, что его левое поле должно быть не менее 3 см, поля верхнее и нижнее - не менее 2 см, а правое - не менее 1 см. Заголовки пишутся прописными буквами и подчеркивать их не рекомендуется.

Специальные правила реферата распространяются и на титульный лист: сверху - название учебного заведения и факультета; в среднем поле название работы (реферат) и название темы; ниже, ближе к правому краю указывается курс, группа и ФИО студента, еще ниже - данные о научном руководителе. В самом низу страницы указывается город и год написания реферата. Титульный лист не нумеруется, хотя и учитывается при нумерации страниц.

Лист с содержанием реферата содержит наименование всех частей работы (глав, параграфов, пунктов и т.д.) с указанием страниц, на которых находится их начало. В том случае, если Ваш реферат имеет объем меньше 10 страниц, содержание в нем может отсутствовать.

На каком профессиональном уровне выполнено оформление реферата, опытный педагог сможет сразу определить по тому, как пронумерованы его страницы. Нумеровать страницы нужно арабскими цифрами, номера при этом желательно ставить в правом верхнем углу. Если в тексте реферата есть иллюстрации или таблицы, они должны быть расположены так, чтобы их удобно было рассматривать, сразу после сноски на них в тексте. Под иллюстрациями и таблицами должны быть подписи.

Список использованных источников должен включать в себя всю литературу и прочие источники, использованные при написании реферата. Располагать источники следует по алфавиту, в том порядке, в котором они упомянуты в работе или по такому принципу: сначала законодательная литература, потом основная, периодическая, потом - интернет-источники.

Каждое приложение реферата имеет содержательный заголовок, начинается с новой страницы и нумеруется арабскими цифрами без значка "№" (Приложение 1, Приложение 2 и т.д.) Располагать приложения нужно в том же порядке, что и сноски на них в реферате.

Пункт 3 - При написании реферата студент (ка) должен (а) показать следующие основные умения:

- умение самостоятельно осмыслить тему, ее границы, связи с другими (более широкими, более узкими) темами, ее значимость для соответствующей области знаний по предмету;
- умение самостоятельно работать с научной и методической литературой, Анализировать и критически использовать из прочитанного то, непосредственное отношение к теме; правильно оформлять примечания, сноски, цитаты;
- умение самостоятельно собирать и анализировать фактический материал, владеть необходимыми методами и приемами его научного анализа;
- умение владеть научным стилем речи, грамотно и логично излагать мысли, оформлять работу в соответствии с установленными требованиями.

Темы для подготовки рефератов, докладов, сообщений:

- 1.История создания ВС РФ. Виды, рода войск и их задачи.
- 2.Здоровый образ жизни и его составляющие.
- 3.Первая (доврачебная) медицинская помощь при ранениях, травмах, ожогах и других несчастных случаях(ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме двигательного сдавливания).
- 4.Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.
5. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Мероприятия по предупреждению заражения.
- 6.История создания РСЧС и ГО ЧС.
7. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, и их классификация.
- 8.Оружие массового поражения и его поражающие факторы.
- 9.Первая (доврачебная) помощь при поражении электрическим током, отравлениях, утоплении, тепловом и солнечном ударах, сердечной недостаточности.
- 10.Уголовная ответственность несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.
- 11.Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности.
- 12.Воинская присяга- клятва воина на верность Родине – России.
- 13.Национальная безопасность Российской Федерации. Основные задачи в области обеспечения национальной безопасности.
- 14.Терроризм- угроза всему мировому сообществу.
- 15.Первая (доврачебная) помощь при укусах бешеными и ядовитыми животными и «жалящими» насекомыми.
- 16.Первая (доврачебная) помощь при перегревании и при переохлаждении, обмороживании и общем замерзании организма.
- 17 Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества. Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить свое воинское звание – защитник Отечества: любовь к Родине, ее истории, культуре, традициям, народу, высокая воинская дисциплина, преданность к Отечеству, верность воинскому долгу и воинской присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости, конституционного строя России, народа и отечества.

18. Правовые основы военной службы. Положения Федерального закона «О статусе военнослужащих».

Критерии оценки:

Отметка «5»: осуществляется поиск информации в различных знаковых системах, полностью и верно раскрыты все вопросы, правильно ведёт расчеты показателей.

Отметка «4»: верное освещение материала, но отсутствует полнота раскрытия, допущены небольшие ошибки в расчетах.

Отметка «3»: осуществляет вычисления с помощью преподавателя, не может правильно объяснить свою точку зрения.

Отметка «2»: работа выполнена с допущением существенных ошибок или не выполнена в соответствии с требованиями.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ

ФГБОУ ВО «Ингушский государственный университет»

Гуманитарно-технический колледж

Кейс-задача

по дисциплине: «Основы безопасности жизнедеятельности»

Задание (я):

Задача 1

Вы смотрите телевизор, вдруг пропало изображение, слышно сильное гудение, ощущается запах гари. Ваши действия.

- не паниковать (не бегать, не кричать);
- обесточить телевизор, выдернув сетевую вилку из розетки;
- накрыть телевизор пледом или другой плотной тканью (лучше мокрой), обжечь со всех сторон, ограничив тем самым допуск воздуха;
- о случившемся обязательно сообщить взрослым.

Задача 2.

Загорелся телевизор. Ваши действия.

- не паниковать (не бегать, не кричать);
- обесточить телевизор, выдернув сетевую вилку из розетки;
- накрыть телевизор пледом или другой плотной тканью (лучше мокрой), обжечь со всех сторон, ограничив тем самым допуск воздуха;
- если горение все-таки усиливается, залить телевизор водой через верхние вентиляционные отверстия задней стенки (стоять сбоку);
- если взорвался кинескоп, то опасен ядовитый дым, поэтому покинуть помещение и предупредить других, особенно детей;

- о случившемся обязательно сообщить взрослым.

Задача 3

В вашей квартире начался пожар. Ваши действия.

- если у вас нет огнетушителя, подручными средствами тушения могут быть: плотная ткань (лучше мокрая) и вода;
- загоревшиеся шторы нужно сорвать и затоптать или бросить в ванну, заливая водой;
- так же нужно тушить одеяло, подушки;
- нельзя открывать окна, так как огонь с приходом кислорода вспыхнет сильнее, из-за этого же надо очень осторожно открывать комнаты, где происходит пожар, - пламя может полыхнуть навстречу;
- чтобы избежать удара током, необходимо отключить электричество, когда приходится тушить электропроводку или заливать водой;
- погасив пожар в квартире, необходимо убедиться, что ничто не тлеет; если потушить пожар подручными средствами не представляется возможным, то необходимо в срочном порядке покинуть помещение. Покидать помещение можно, только зная, что в помещении никого не осталось;
- по задымленным коридорам пробираться на четвереньках или ползком - внизу меньше дыма;
- необходимо закрывать по пути двери;
- вызвать пожарных по телефону 01 от соседей.

Задача 4

Вы зашли, в подъезд дома. В подъезде ощущается сильный запах дыма. Ваши действия.

- попробовать определить источник запаха;
- позвонить в ближайшую квартиру и предупредить жильцов о возможной опасности;
- при обнаружении очага возгорания попытаться потушить пламя подручными средствами;
- в случае возгорания электропроводки обесточить электрический щиток;
- если потушить пожар подручными средствами не представляется возможным, то необходимо вызвать пожарную службу по телефону 01.

Задача 5

По возвращении домой вы обнаружили, что дверь вашей квартиры взломана или открыта. Ваши действия.

- не входить в квартиру;
- позвонить в соседнюю квартиру и вызвать милицию по телефону 02;
- позвонить домой и узнать, что там происходит;
- попросить кого-нибудь из соседей дежурить у подъезда, чтобы выяснить, на какой машине и куда уедут предполагаемые воры;
- наблюдая за квартирой, приготовиться к тому, чтобы запомнить возможных «гостей» (лица, одежду, телосложение);
- дожидаться приезда милицейского наряда, не входя в свою квартиру;
- действовать в соответствии с распоряжениями сотрудников милиции.

Задача 6

Вы открываете дверь квартиры, а в вашей квартире посторонние. Ваши действия.

- закрыть дверь на ключ, не вынимая его из замка;
- обратиться за помощью к соседям;
- доступным способом по телефону соседей и т.п. вызвать милицию;
- позвонить домой и узнать, что там происходит;
- попросить кого-нибудь из соседей дежурить у подъезда, чтобы выяснить, на какой машине и куда уедут воры;
- наблюдая за квартирой, приготовиться к тому, чтобы запомнить «гостей» (лица, одежду, телосложение).

Задача 7

Звонок в вашу квартиру. Ваши действия.

- посмотреть в глазок;
- если на пороге незнакомец, попросить его представиться;
- не торопиться открывать дверь предлагающим погадать, купить дешево мед
- если за дверью должностное лицо, то необходимо проверить его по телефону либо договориться о встрече в удобное для вас время;
- если ответа не последовало и нет цепочки, связаться с соседями (по телефону, если телефон отключен или отсутствует вовсе, -через окно, балкон, стуком в дверь, в стену, в батарею отопления, в стояк труб), чтобы они помогли вам, не подвергая себя опасности;
- если соседи отсутствуют, выйти на балкон или открыть окно и убедить находящихся на улице (во дворе) людей сообщить в милицию или подняться к вам на площадку, соблюдая осторожность и действуя не в одиночку, а группой;
- если эти действия невозможны, то вызвать милицию по телефону 2

Задача 8

Вы слышите шум, крики о помощи в подъезде вашего дома. Ваши действия.

- постараться выяснить причину, не подвергая свою жизнь опасности;
- не вступая в единоборство и конфликт с преступниками, сообщить о происходящем соседям, людям, входящим в подъезд или проходим на улице;
- если конфликт разрешить мирным путем не представляется возможным, то необходимо вызвать наряд милиции.

Задача 9

На вас напали в лифте. Ваши действия.

- забыть о страхе и нерешительности;
- пустить в ход все подручные средства и известные приемы самозащиты;
- успех зависит от неожиданности, решительности, напора;
- помнить, что большинство преступников боятся своей жертвы;
- во избежание подобных ситуаций не входить в лифт с незнакомыми лицами.

Задача 10

Вас пригласили в гости. Какие меры предосторожности необходимо принять?

- сообщить близким о том, куда вы идете и когда вернетесь;
- если пригласили незнакомые люди, попросите кого-нибудь из знакомых

сопроводить вас;

- если вам придется возвращаться в темное время суток, позвоните перед выходом домой и попросите встретить вас.

Задача 11

В вашей квартире ощущается сильный запах газа. Ваши действия.

- не включать свет и электроприборы, не зажигать спички;
- проверить конфорки (если открыты, закрыть и перекрыть основной вентиль подачи газа);
- открыть окна и двери;
- пойти к соседям и позвонить родителям и в аварийную службу по телефону 04.

Задача 12

Сильный запах газа в подъезде. Ваши действия.

- не включать свет и электроприборы, не зажигать спички;
- попытаться установить место утечки (перекрыть основной вентиль подачи газа);
- проветрить помещение;
- сообщить соседям;
- позвонить родителям и в аварийную службу по телефону 4.

Задача 13

Вы находитесь дома, услышали звуки сирены и прерывистые гудки. Ваши действия.

- немедленно включить радио или телевизор для прослушивания экстренных сообщений;
- сообщить соседям и родственникам о случившемся, привести домой детей и действовать согласно полученной информации;
- при необходимости эвакуации собрать в небольшой чемодан (рюкзак) вещи первой необходимости, подготовить квартиру к консервации;
- оказать помощь больным и престарелым, проживающим по соседству.

Задача 14

Вас в здании застало землетрясение. Ваши действия.

- быть внимательным к сообщениям местных органов ГОЧС;
- строго выполнять их указания и рекомендации;
- с момента первых колебаний до разрушительных толчков обычно проходит 15-20 секунд, поэтому если вы находитесь на 1-2 этажах, быстро покинуть здание и отойти от него на открытое место;
- находясь выше 2 этажа, уйдите из угловых комнат;
- занять наиболее безопасное место (на удалении от окон, в проемах внутренних капитальных стен, в углах между стенами, лучше под кроватью, столом, другим прочным и устойчивым предметом).

Задача 15

Вы получили сигнал об угрозе затопления или наводнения. Ваши действия.

- сообщить о наводнении вашим близким, соседям;
- быть внимательным к сообщениям местных органов ГОЧС;
- строго выполнять их указания и рекомендации;
- продолжая слушать радио (если речь идет не о внезапном катастрофическом

затоплении), готовьтесь к эвакуации, перенесите на верхние этажи ценные вещи;

- окна и двери первых этажей забейте досками или фанерой;
- при внезапном наводнении необходимо как можно быстрее занять ближайшее возвышенное место и быть готовым к организованной эвакуации по
- необходимо принять меры, позволяющие спасателям своевременно обнаружить людей, отрезанных водой и нуждающихся в помощи; в светлое время суток вывесить на высоком месте полотнище, а в темное - подавать световые сигналы.

Задача 16

Произошел взрыв на атомной электростанции (АЭС), возникла угроза радиоактивного заражения. Ваши действия.

- защитить органы дыхания имеющимися средствами индивидуальной защиты
- надеть маски противогазов, респираторы, ватно-тканевые повязки, противопыльные тканевые маски или применить подручные средства (платки, шарфы и др.);
- по возможности быстро укрыться в ближайшем здании, защитном сооружении;
- войдя в помещение, снять и поместить верхнюю одежду и обувь в пластиковый пакет или пленку, закрыть окна и двери, отключить вентиляцию, включить телевизор, радиоприемник;
- занять место вдали от окон;
- при наличии измерителя мощности дозы (дозиметра), рентгенометра - определить уровень радиации;
- провести герметизацию помещения и защиту продуктов питания;
- сделать запас воды в закрытых сосудах;
- принимать лекарственные препараты, которые выдаются лечебно-профилактическими учреждениями в первые часы после аварии;
- строго соблюдать правила личной гигиены, значительно снижающие внутреннее облучение организма;
- оставлять помещение только при крайней необходимости и на короткое время. При выходе защищать органы дыхания и надевать плащи, накидки из подручных материалов и средства защиты кожи. После возвращения переодеться.

Задача 17

В вашем районе проживания произошел выброс ядовитых веществ. Ваши действия.

- защитить органы дыхания имеющимися средствами индивидуальной защиты - надеть маски противогазов, респираторы, ватно-тканевые повязки, противопыльные тканевые маски или применить подручные средства (платки, шарфы и др.);
- по возможности быстро укрыться в ближайшем здании, защитном сооружении;
- войдя в помещение, снять и поместить верхнюю одежду и обувь в пластиковый пакет или пленку, закрыть окна и двери, отключить вентиляцию, включить телевизор, радиоприемник;
- занять место вдали от окон;
- провести герметизацию помещения и защиту продуктов питания;
- сделать запас воды в закрытых сосудах;
- принимать лекарственные препараты, которые выдаются лечебно-профилактическими учреждениями в первые часы после аварии;

- строго соблюдать правила личной гигиены, значительно снижающие внутреннее отравление организма;
- оставлять помещение только при крайней необходимости и на короткое время. При выходе защищать органы дыхания ватно-марлевой повязкой (носовым платком, куском материи), предварительно смочив ее водой или раствором пищевой соды (при хлоре), раствором лимонной кислоты (при аммиаке) и надевать плащи, накидки из подручных материалов и средства защиты кожи. После возвращения переодеться;
- зону заражения необходимо преодолевать в направлении, перпендикулярном направлению ветра;
- при подозрении на отравление исключить любые физические нагрузки, принять обильное теплое питье и обратиться к медицинскому работнику.

Задача 18

Вы попали в железнодорожную катастрофу. Ваши действия с целью уменьшения факторов риска для жизни и здоровья.

- сохранять спокойствие, выдержку и самообладание, не поддаваться панике;
- закрыть голову руками;
- упереться ногами в стену по ходу движения поезда;
- если с вами ребенок, его нужно крепко прижать, закрыть собой;
- наиболее опасное место для пассажира - верхняя полка, а также падающий багаж;
- после того, как произошел удар и полная остановка вагона, первым делом нужно определить, в каком положении вы находитесь, не горит ли вагон;
- в зависимости от ситуации двигаться к выходу через дверь или окно;
- если двери сразу не открылись, скорее всего, их заклинило, в этом случае надо выбивать стекла;
- выбравшись из вагона и отойдя на безопасное расстояние, следует приступить к осмотру травм и повреждений и приступить к оказанию первой помощи пострадавшим.

Задача 19

Вы собираетесь в лес на прогулку. Какие меры предосторожности вы примете?

- необходимо подготовить обувь и одежду по погоде;
- взять компас для ориентирования и предметы первой необходимости (топор, спички);
- необходимо знать местность;
- предупредить близких, друзей или соседей о месте прогулки и ее длительности;
- при длительной прогулке взять не скоропортящиеся продукты питания и воду в закрытой упаковке.

Задача 20

Вы заблудились в лесу. Ваши действия.

- надо остановиться и присесть, подумать, как выбраться к тому месту, откуда начинается знакомый путь. А для этого:
- вспомнить последнюю приметку на знакомой части пути и постараться проследить к ней дорогу;
- если это не удастся, вспомнить знакомые ориентиры, лучше всего

протяженные и шумные (железную дорогу, шоссе и пр.);

- если ориентиров нет, нужно постараться влезть на самое высокое дерево и осмотреть местность с высоты;
- выйти к людям помогают звуки - работающий трактор, лающая собака; помогает запах дыма, необходимо двигаться против ветра.

Задача 21

На вас напала собака. Ваши действия.

- к нападающей собаке повернуться лицом;
- принять стойку или броситься навстречу, если уверены в себе (собака натаскана на убегающего человека и скорее всего отскочит в сторону);
- используя подручные средства (зонтик, палку, камни), отступайте к укрытию спиной (забору, дому), призывая на помощь окружающих;
- если есть возможность, обмотайте пиджаком, плащом предплечье и руку, а затем, выставив ее (защищая шею и лицо от укуса), спровоцируйте собаку на укус и с силой ударьте по верхней челюсти собаки - от сильного удара она может сломаться;
- если собака сбила с ног — упасть на живот, руками закрыть шею;
- болевые точки у собаки - нос, пах, язык.

Задача 22

Вы решили искупаться в необорудованном водоеме. Меры предосторожности, которые необходимо принять.

- купаться в незнакомых и необорудованных водоемах не желательно;
- запрещается купание в нетрезвом виде;
- необходимо проверить глубину подручными предметами;
- выбрать безопасное место: удобный спуск, отсутствие камней, ям, коряг, стекол и пр., отсутствие водоворотов и быстрого течения;
- не желательно купаться в темное время суток;
- также опасно купаться в одиночестве;
- во избежание судорог и переохлаждения нельзя купаться в холодной воде;
- по возможности иметь спасательные средства.

Задача 23

Вы случайно оказались в толпе. Ваши действия.

- ни в коем случае не идти против толпы;
- стараться избегать ее центра и края - опасного соседства витрин, решеток, оград набережной и т.д.;
- уклоняться от всего неподвижного на пути - столбов, тумб, стен и деревьев;
- не цепляться ни за что руками;
- если есть возможность, застегнитесь;
- выбросить сумку, зонтик и т.д.;
- если у вас что-то упало, ни в коем случае не пытайтесь поднять;
- защитить диафрагму сцепленными в замок руками, сложив их на груди;
- упруго согнуть руки в локтях и прижать их к корпусу;
- главная задача - не упасть, но если вы все-таки упали, следует защитить голову руками и немедленно вставать (быстро подтяните к себе ноги, сгруппируйтесь и рывком попытайтесь встать);
- при первой же возможности попытаться выбраться из толпы.

Задача 24

Вам необходимо пересечь водоем по льду. Ваши действия.

- оценить безопасность льда: для одиночного пешехода - зеленоватого оттенка, толщиной не менее 7 см;
- чтобы измерить толщину льда, надо пробить лунки по сторонам переправы (рекомендуемое расстояние между ними 5 м) и промерить их;
- на лыжах осуществлять переправу безопасней, чем пешком;
- следует искать уже проложенную лыжню;
- если есть лыжи, то их крепления надо отстегнуть (чтобы легко от них избавиться), а палки держать в руках, не накинув петли на кисти;
- рюкзак лучше повесить на одно плечо или волочить за собой на веревке.

Задача 25

Вы находитесь у водоема, видите, что тонет человек. Ваши действия.

- определить, нет ли рядом спасательного средства
- если поблизости есть спасательные средства, бросить их утопающему;
- позвать кого-нибудь на помощь;
- прийти на помощь утопающему, максимально учитывая течение воды, ветер, расстояние до берега и свои силы;
- приближаясь, старайтесь ободрить тонущего и успокоить его;
- если тонущий может контролировать свои действия, то он должен держаться за плечи спасателя,
- если нет, то обращаться с ним надо грубо и бесцеремонно;
- если утопающий уже погрузился в воду, не бросайте попыток найти его в глубине, а затем вернуть к жизни (если человек пробыл под водой около 6 минут);
- вытащив на берег, осмотреть потерпевшего, оказать ему первую медицинскую помощь.

Критерии оценки:

Отметка «5»: осуществляется поиск информации в различных знаковых системах, полностью и верно раскрыты все вопросы, правильно ведёт расчеты показателей.

Отметка «4»: верное освещение материала, но отсутствует полнота раскрытия, допущены небольшие ошибки в расчетах.

Отметка «3»: осуществляет вычисления с помощью преподавателя, не может правильно объяснить свою точку зрения.

Отметка «2»: работа выполнена с допущением существенных ошибок или не выполнена в соответствии с требованиями.