



Российская академия наук
Российская академия образования
Издательство «Просвещение»



А.Т. Смирнов Б. О. Хренников М.В. Маслов

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Тестовый
контроль

10·11




ПРОСВЕЩЕНИЕ
ИЗДАТЕЛЬСТВО



Российская академия наук
Российская академия образования
Издательство «Просвещение»

А. Т. Смирнов Б. О. Хренников М. В. Маслов

**ОСНОВЫ
БЕЗОПАСНОСТИ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Тестовый контроль

10 – 11 классы

Под общей редакцией А. Т. Смирнова

Москва
«Просвещение»
2010

УДК 372.8:614.8
ББК 74.266.8
С50

Серия «Академический школьный учебник» основана в 2005 г.

Проект «Российская академия наук, Российская академия образования, издательство „Просвещение“ — российской школе»

Руководители проекта:

вице-президент РАН, акад. **В. В. Козлов**, президент РАО
акад. **Н. Д. Никандров**, генеральный директор издательства
«Просвещение» чл.-корр. РАО **А. М. Кондаков**

Научные редакторы серии:

акад. РАО, д-р пед. наук **А. А. Кузнецов**, акад. РАО,
д-р пед. наук **М. В. Рыжаков**, д-р экон. наук **С. В. Сидоренко**

Учебно-методический комплект «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10—11 классов общеобразовательных учреждений под общей редакцией **А. Т. Смирнова**

Доработка структуры и содержания пособия проведена в рамках государственных контрактов Министерства образования и науки, Федерального агентства по образованию и Федерального государственного учреждения «Пограничный научно-исследовательский центр ФСБ России».

Смирнов А. Т.

С50 Основы безопасности жизнедеятельности. Тестовый контроль. 10—11 классы / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под общ. ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». — М. : Просвещение, 2010. — 159 с. — (Академический школьный учебник). — ISBN 978-5-09-019420-4.

Настоящий сборник проверочных и тестовых заданий предназначен для контроля качества знаний учащихся средней школы. Книга входит в учебно-методический комплект, разработанный в соответствии с Государственными образовательными стандартами общего образования и Комплексной программой по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5—11 классов общеобразовательной школы.

УДК 372.8:614.8
ББК 74.266.8

ISBN 978-5-09-019420-4

© Издательство «Просвещение», 2010
© Художественное оформление.
Издательство «Просвещение», 2010
Все права защищены

Введение

Настоящий сборник проверочных и тестовых заданий предназначен для контроля качества знаний учащихся средней школы. Книга входит в учебно-методический комплект, разработанный в соответствии с Государственными образовательными стандартами общего образования и Комплексной программой по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5—11 классов общеобразовательной школы на основе комплексного подхода к формированию современного уровня культуры безопасности и готовности к военной службе. Доработка структуры и содержания пособия проведена в рамках государственных контрактов Министерства образования и науки, Федерального агентства по образованию и Федерального государственного учреждения «Пограничный научно-исследовательский центр ФСБ России».

В настоящее время преподавание курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10—11 классах ведётся практически во всех субъектах Российской Федерации.

В настоящий сборник включены пять видов тестовых заданий:

- выбрать правильный ответ (ответы) из нескольких вариантов предложенных ответов;
- письменно дополнить или полностью раскрыть информацию, содержащуюся в задании;
- установить соответствие понятий из двух предлагаемых групп (одна группа обозначена цифрой, вторая — буквой);
- составить фразу из приведённых фрагментов
- установить очерёдность действий.

Проверочные и тестовые задания даны в соответствии с модульным построением содержания курса ОБЖ (отдельно для 10 и 11 классов). Это позволит оценить усвоение учащимися программы после окончания каждого класса.

Под *учебным модулем* в данном учебно-методическом комплекте понимается конструктивно завершённая часть содержания курса, основанная на его методологии и включающая в себя такой объём учебного материала, который позволяет использовать его как самостоятельный учебный компонент образовательной области «Основы безопасности жизнедеятельности».

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел I. Основы комплексной безопасности

Раздел II. Защита населения от чрезвычайных ситуаций в Российской Федерации

Раздел III. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел IV. Основы здорового образа жизни

Раздел V. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Модуль III. Обеспечение военной безопасности государства

Раздел VI. Обеспечение военной безопасности государства

Раздел VII. Основы военной службы (включая пятидневные учебные сборы)

В сборнике приводятся демонстрационные варианты (блок-тесты) составления проверочной работы с использованием предлагаемых проверочных и тестовых заданий.

Учитывая, что ни одно из проверочных и тестовых заданий не повторяется, учитель по своему усмотрению из данных заданий может составить определённое количество вариантов контрольно-измерительных материалов.

Рекомендации по оцениванию ответов учащихся приводятся в разделе «Демонстрационные варианты блок-тестов как примеры для составления проверочных работ».

ОСОБЕННОСТИ КОНТРОЛЯ КАЧЕСТВА ЗНАНИЙ УЧАЩИХСЯ ПО КУРСУ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» ПРИ МОДУЛЬНОЙ СТРУКТУРЕ ЕГО ПОСТРОЕНИЯ

Роль курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) в современных образовательных учреждениях, в том числе и в общеобразовательной школе, трудно переоценить, так как этот интегрированный предмет позволяет сформировать важнейшие качества личности. Основу предмета ОБЖ составляет его содержание, базирующееся на Комплексной программе, на основе которой разработаны стабильные учебники и учебные пособия в соответствии с Государственными образовательными стандартами общего образования второго поколения в рамках проекта «Разработка модульной структуры содержания курса „Основы безопасности жизнедеятельности“ на основе комплексного подхода к формированию современного уровня культуры безопасности и готовности к военной службе».

Велика роль технологии изучения этого курса и контроля качества знаний в решении задач, стоящих перед предметом ОБЖ. Предлагаемое преподавателю-организатору ОБЖ пособие представляет собой комплект учебно-методических материалов по реализации системы контроля качества знаний учащихся 10—11 классов общеобразовательных школ по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности».

В книге рассмотрены некоторые наиболее важные способы и методы контроля качества знаний старшеклассников. Впервые

для данного курса предлагается детальная система тестовых заданий и технология их применения в системном контроле качества знаний учащихся Государственными образовательными стандартами общего образования второго поколения.

Комплект тестовых заданий разработан на основе учебников по курсу ОБЖ для 10—11 классов авторского коллектива под руководством А. Т. Смирнова (М.: Просвещение, 2010).

Контроль качества знаний — важнейший компонент образовательной системы, без методически правильной организации которого невозможно её эффективное функционирование.

Контроль качества знаний обучаемых представляет собой систему мероприятий, осуществление которых позволяет установить уровень овладения учащимися программным учебным материалом, определяемым стандартом образования.

Главной функцией контроля качества знаний учащихся является *обеспечение обратной связи объекта и субъекта обучения*, позволяющее выявить степень усвоения ими программного материала.

Но эта функция является далеко не единственной. Не меньшую роль играют *обучающая, воспитывающая и развивающая* функции. Контроль способен формировать и психофизические качества, способствующие развитию уровня общеучебных навыков и способности к самообучению: мышление, воображение, память, внимание, аккуратность, волевые качества, необходимые для достижения поставленной обучаемым цели.

Различают *виды и способы (методы) контроля*. Существует несколько классификаций видов контроля. Рассмотрим некоторые из них.

1. По масштабам осуществления — стратегический, тактический, оперативный.

2. По этапам обучения — предварительный, текущий, рубежный и итоговый.

3. По частоте — разовый, периодический, систематический.

Существуют и другие классификации видов контроля, которые мы не рассматриваем в данном пособии.

В общеобразовательной школе наибольшее применение находят предварительный, текущий, рубежный и итоговый виды контроля.

Предварительный контроль позволяет установить исходный уровень подготовки учащихся, что делает возможным ранжировать их по уровню знаний. С помощью этого вида контроля учитель выявляет учащихся, которым необходимо реабилитационное повторение, а также тех учеников, которые могут быть опорой преподавателю курса «Основы безопасности жизнедеятельности» при организации преподавания по модульной технологии.

Главной функцией предварительного контроля является *диагностическая*, поэтому он носит разовый характер и осуще-

ствляется на первых занятиях по курсу ОБЖ в 10 классе. В процессе его проведения определяется первичный рейтинг и перед учащимися ставится задача достижения уровня, соответствующего удовлетворительному или более высокому уровню знаний данного предмета, являющегося основой формирования личности безопасного типа, способной к оптимально комфортному существованию в сложнейших условиях современной среды проживания человечества.

Текущий контроль проводится систематически на каждом занятии и активизирует познавательную деятельность учащихся, позволяет выявить те элементарные учебные элементы, которые трудно усваиваются ими, и в связи с этим ввести коррективы в содержание и методику проведения занятий, что будет способствовать оптимизации образовательного процесса познания курса ОБЖ в 10—11 классах общеобразовательной школы. Этот вид контроля выполняет коррекционную, обучающую, стимулирующую и частично контролирующую функции.

Рубежный контроль позволяет выявить уровень усвоения определённого блока (модуля) знаний по курсу ОБЖ, определить пробелы в знаниях учащихся и наметить пути устранения этих пробелов. При проведении рубежного контроля реализуется промежуточная аттестация учащихся, определяется рейтинг на конкретном этапе познавательной деятельности учащихся, что является дополнительным условием их мотивации к изучению предмета.

Итоговый контроль завершает процесс изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». Он выявляет уровень обученности учащегося по данному предмету и его способность применять полученные знания в разных сферах своей деятельности. Здесь реализуется окончательный рейтинг учащихся. По курсу ОБЖ итоговый контроль может (по выбору учащихся) осуществляться или в форме итоговой аттестации (экзамен в различной форме), или в виде дифференцированного зачёта, оценка по которому может быть поставлена на основе учёта результатов текущего и рубежного контроля.

Основная функция итогового контроля контролирующая. Результаты итогового контроля являются показателем не только деятельности обучаемого субъекта обучения (учащегося, аттестуемого), но и обучающего субъекта (преподавателя), так как многое из того, что достиг (усвоил) обучаемый, зависит от характера деятельности обучающего (к сожалению, не всё).

В практике работы преподавателей общеобразовательных школ широко применяются следующие способы (методы) контроля качества знаний учащихся: различные виды устного опроса, письменные контрольные, комбинированные способы, сочетающие устный и письменный опрос. По характеру применяемых заданий выделяют контроль с применением заданий в традиционной форме и тестовый контроль. Тестовый кон-

троль может проводиться либо в форме письменного, либо в форме комплексного письменно-устного опроса.

Различают индивидуальный и фронтальный устный опрос.

Индивидуальный устный опрос состоит в том, что аттестуемый индивидуально опрашивается преподавателем или своим товарищем; в последнем случае оба участника опроса являются аттестуемыми со стороны преподавателя.

Существует несколько форм индивидуального опроса: опрос с вызовом к доске; опрос с места; опрос, в котором один учащийся задаёт другому учащемуся вопросы, а второй отвечает на них (как с места, так и с вызовом к доске); опрос с привлечением средств наглядности — учащийся озвучивает фрагмент немого кинофильма, диафильма, видеофильма, объясняет структуру модели процесса, прибора, частицы, картины, таблицы и т. д.

Данный метод контроля качества знаний достаточно эффективен, многообразен, но при неправильном использовании он может не только не повысить, но и, наоборот, способен снизить эффективность образовательного процесса. Он имеет ещё один существенный недостаток — требует больших затрат времени, что делает ограниченным его использование.

В курсе ОБЖ его можно применять во время семинарских занятий и при проведении итогового контроля в форме устного экзамена или устного дифференцированного зачёта. Особенностью этого метода контроля является и то, что он может быть неэффективным в результате психологической несовместимости обучаемого и обучающего.

Фронтальный устный опрос состоит в том, что учащиеся получают вопросы, не требующие для ответа большого времени (1—2 мин); при этом каждый вопрос является фрагментом серии вопросов по изучаемой проблеме. За 10—15 мин можно задать и получить ответы на 10—12 вопросов. Данный метод позволяет активизировать процесс познания учебного материала курса ОБЖ и при определённой методике его организации способствует накоплению оценок, однако не даёт возможности получить развёрнутые ответы и не позволяет получить объективную картину глубины усвоения знаний. Этот способ можно оптимально применять при вспомогательном, предварительном и частично при текущем контроле.

Письменный контроль состоит в том, что учащимся предлагается письменно ответить на вопросы. Ответы на вопросы затем проверяются преподавателем.

Различают несколько классификаций способов письменно-го контроля.

1. По длительности проведения работы — *кратковременные* и *полнометражные* контрольные работы. На кратковременную работу отводится 10—15 мин учебного времени; на полнометражную контрольную работу в рубежном контроле отводится 1 ч учебного времени, а на итоговую — от 4 ч до 6 ч.

2. По характеру применяемых заданий — вопросы в традиционной форме и работы с использованием заданий в тестовой форме. Последний способ контроля рассмотрен во второй части данной книги. Здесь же отметим, что использование заданий в традиционной форме имеет существенный недостаток, состоящий в том, что на эти задания нельзя получить однозначные ответы и оценки за эти ответы в пятибалльной системе могут колебаться от «2» до «4» в зависимости от квалификации педагога, его требовательности и других факторов. Следовательно, при использовании заданий в традиционной форме сложно получить объективные результаты контроля из-за размытости содержания ответа и вследствие отсутствия инструмента точного оценивания в каких-либо единицах, например в баллах. В случае применения проверочных и тестовых заданий уровень объективности значительно повышается при строгом соблюдении технологии конструирования как конкретного тестового задания, так и блок-теста.

Итоговую аттестацию в форме экзамена или дифференцированного зачёта можно осуществлять как в устной, так и в комплексной, письменно-устной, форме. *Устная форма* реализуется применением экзаменационных билетов¹, содержащих два теоретических вопроса из разных разделов курса и один практический вопрос-задачу (желательно из раздела, который не охвачен включёнными теоретическими вопросами).

Второй *формой* итоговой аттестации является *письменно-устная*, при которой применяются проверочные и тестовые задания.

Реферат также является одной из форм контроля качества знаний. В очень редких случаях рефераты можно использовать для итоговой теоретической аттестации. Но это возможно только тогда, когда реферат является методом литературно-научного исследования, когда аттестуемый самостоятельно глубоко проработает проблему, найдёт оригинальное содержание, по-новому осветит определённый вопрос.

Обычно рефераты используют в текущей работе для привлечения интереса учащихся к той или иной проблеме. Их можно использовать в системном контроле качества знаний. В течение одного учебного года можно предложить один реферат каждому ученику класса. По рефератам учащиеся выступают на семинарах, в том числе и на семинарах-обсуждениях. Темы рефератов приведены в отдельном разделе.

Особенностью **тестового контроля** является применение проверочных и тестовых заданий. Такие задания в отличие от заданий традиционного типа позволяют достаточно точно количественно оценить уровень знаний учащихся, потому что

¹ См. раздел «Примерные экзаменационные билеты для 11 класса общеобразовательных учреждений».

они имеют строго определённую форму, требуют определённого ответа, который в качестве эталона является обязательной составной частью задания и имеется у проверяющего.

В настоящее время тесты и задания тестового типа широко внедряются в практику изучения всех предметов, в том числе и предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

В тестовом контроле знаний учащихся по модульной структуре содержания курса «Основы безопасности жизнедеятельности» предлагаем использовать тест-блок, или предметный тест (если речь идёт об итоговом контроле по предмету).

Тест-блок представляет собой совокупность проверочных и тестовых заданий, позволяющих выявить уровень знаний учащихся по конкретной теме (одного из трёх модулей курса «Основы безопасности жизнедеятельности») или по предмету в целом.

По наличию набора ответов различают два типа тестовых заданий: *задания с открытым* и *задания с заданным ответом*. В заданиях первого типа отсутствует набор ответов, а в заданиях второго типа имеется набор ответов, среди которых один или несколько являются правильными.

Проверочные и тестовые задания для 10 класса

Модуль I. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА

Проверочные задания

1. Назовите меры пожарной безопасности при разведении костра.
2. Расскажите о ваших действиях в случае обнаружения вами взрывоопасных устройств и предметов.
3. Перечислите порядок своих действий, если вы слышали по радио (телевизору) сообщение о начавшемся землетрясении в вашем регионе. Обоснуйте свой ответ.
4. Перечислите правила, которые должен знать и соблюдать участник дорожного движения.
5. Перечислите общие правила личной безопасности в криминальных ситуациях.
6. Расскажите о ваших действиях, если в здании, где вы находитесь, произошёл взрыв.
7. Перечислите порядок своих действий, если вы слышали по радио (телевизору) сообщение об угрозе наводнения в вашем регионе. Обоснуйте свой ответ.
8. Перечислите порядок своих действий, если наводнение началось внезапно. Обоснуйте свой ответ.
9. Перечислите порядок своих действий, если во время бури или урагана вы оказались на открытом пространстве.
10. Перечислите порядок своих действий при получении сигнала оповещения о радиационной аварии.
11. Перечислите порядок своих действий при химической аварии.
12. Перечислите порядок своих действий после химической аварии.

13. Перечислите порядок своих действий при угрозе гидродинамической аварии.

14. Перечислите порядок своих действий в условиях наводнения при гидродинамических авариях.

15. Перечислите порядок своих действий при пожаре и аварии на железной дороге.

Тестовые задания

16. Дополните фразу: «Деятельность человека при вынужденной автономии направлена на _____»
(выберите правильный ответ):

- а) изучение дополнительной литературы
- б) возвращение к людям и привычной жизни
- в) сравнение природных условий региона вынужденной автономии и региона постоянного проживания человека
- г) достижение спортивного результата

17. Дополните письменно информацию: «Автономное существование человека в природных условиях может быть добровольным или _____».

18. Установите соответствие между видом автономии человека в природной среде и его целью (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в ...):

- 1) добровольная автономия
 - 2) вынужденная автономия
- а) вернуться к людям
 - б) успокоиться, реально оценить обстановку
 - в) изучение особенностей природной среды
 - г) активный отдых на природе
 - д) подбор и подготовка необходимого снаряжения
 - е) принять решение, как себя вести, чтобы сохранить свою жизнь и здоровье
 - ж) физическая и психологическая подготовка к предстоящим трудностям

19. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... т. е. возвращение в привычную среду обитания ...
- б) ... основной задачей прерывания ...
- в) ... в природе ...
- г) ... вынужденного автономного существования ...
- д) ... является выход человека к людям ...

20. Дополните фразу: «При выборе конечной точки маршрута туристического похода нужно учитывать, что расчёт светлого времени должен быть достаточным для возвращения в исходную точку с резервом не менее чем _____»:

- а) 30 мин
- б) 2 ч
- в) 1 ч
- г) 3,5—4 ч

21. Дополните письменно информацию: «Участок местности, выбранный в качестве конечной точки туристического похода, должен быть пригодным для _____».

22. Установите соответствие между видом снаряжения для туристического похода и конкретными вещами (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 3ж ...):

- 1) снаряжение группы для турпохода
 - 2) личное снаряжение туриста
- а) палатка
 - б) кухонное оборудование
 - в) рюкзак большой с широкими лямками и поясным ремнём
 - г) запасная обувь (кроссовки)
 - д) куртка с капюшоном (штормовка)
 - е) лёгкий головной убор (шапочка)
 - ж) костровое оборудование
 - з) фляжка для питьевой воды
 - и) пара носков
 - к) полиэтиленовая накидка от дождя
 - л) маршрутные документы и оборудование
 - м) кружка, ложка, миска, складной нож

23. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... в виде подготовки и проведения однодневного ...
- б) ... практическую подготовку ...
- в) ... турпохода на природу ...
- г) ... к автономному существованию в природной среде наиболее ...
- д) ... целесообразно организовать ...

24. Дополните фразу: «Согласно Правилам дорожного движения, лицо, принимающее непосредственное участие в движении в качестве водителя, пешехода, пассажира транспортного средства, называется _____» (выберите правильный ответ):

- а) гражданином
- б) участником дорожного движения

- в) членом неформальной организации
- г) участником общественного движения

25. Дополните письменно информацию: «Когда на дороге стоит регулировщик, пешеходы должны руководствоваться _____».

26. Установите соответствие между видом правил поведения при пользования транспортом и конкретным правилом (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2а ...):

- 1) правила поведения при пользовании трамваем, автобусом и троллейбусом
- 2) правила поведения в метрополитене
 - а) через турникет следует проходить только после загорания зелёного сигнала
 - б) на загородной дороге, где обозначения пешеходного перехода нет, следует подождать, когда транспортное средство отъедет, осмотреть дорогу и, убедившись в возможности безопасного перехода, перейти её
 - в) при нахождении на эскалаторе необходимо стоять справа, лицом по направлению движения, держась за поручень, проходить с левой стороны; не следует бежать по эскалатору, сидеть на его ступеньках
 - г) при ожидании поезда не заходите за ограничительную линию у края платформы
 - д) не подходите к вагону до полной остановки поезда
 - е) старайтесь занять место в средней части вагона
 - ж) не становитесь непосредственно у дверей, никогда не используйте их как опору
 - з) не задерживайте закрытие и открытие дверей на остановках
 - и) в случае возникновения опасности для жизни людей или угрозы безопасности движения через переговорное устройство сообщите об этом машинисту поезда
 - к) при выходе из транспортного средства, если необходимо перейти проезжую часть, безопаснее всего идти по тротуару до ближайшего пешеходного перехода
 - л) при остановке поезда на перегоне сохраняйте спокойствие, при длительной стоянке (более 10 мин) ожидайте необходимую информацию от поездной бригады
 - м) посадка должна производиться через передние двери, а высадка — через задние или через двери, на которых имеется надпись «Выход»
 - н) после высадки из общественного транспорта при переходе проезжей части дороги необходимо быть особенно внимательным, учитывая интенсивное движение транспорта

- о) не спускайтесь на пути; при необходимости поднять с путей оброненную вещь обращайтесь к дежурному по станции

27. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... д, а ...):

- а) ... (отступить назад или быстро перейти на нужную сторону), ...
- б) ... при приближении автомобиля с включённым синим проблесковым маячком ...
- в) ... пешеходы обязаны воздержаться ...
- г) ... и специальным звуковым сигналом ...
- д) ... от перехода проезжей части, ...
- е) ... уступив дорогу такому автомобилю ...
- ж) ... а находящиеся на проезжей части — ...
- з) ... незамедлительно освободить её ...

28. Выберите неправильный ответ: «Какое из перечисленных ниже правил НЕ относится к общим правилам личной безопасности в криминогенных ситуациях?»

- а) не входите с незнакомым человеком в лифт
- б) не принимайте подарки и угощения от незнакомых людей
- в) соблюдайте правила безопасного поведения в общественных местах и в толпе
- г) не пользуйтесь никогда метрополитеном

29. Дополните письменно информацию: «Люди становятся жертвами насилия вследствие _____ и незнания правил личной безопасности».

30. Установите соответствие между видом криминогенной ситуации и правилом безопасного поведения в ней (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в ...):

- 1) нападение в подъезде
- 2) передвижение по улице в тёмное время суток
- а) входите в кабину лифта, только убедившись, что на площадке нет постороннего, который может зайти вслед за вами
- б) лучше идти в группе, вышедшей из автобуса, метро, электрички
- в) следует избегать кратчайших маршрутов, пролегающих через глухие дворы, пустыри, стройки, лесопосадки и другие малолюдные места
- г) увидев впереди группу людей или пьяного, лучше изменить маршрут
- д) если вы вошли в лифт с незнакомцем, не стойте в лифте к нему спиной и наблюдайте за его действиями

- е) если автомобиль начинает медленно двигаться рядом, то разумнее перейти на другую сторону улицы
- ж) не выходите на лестницу в позднее время; мусор лучше выносить утром
- з) при нападении на вас в лифте кричите, шумите, стучите по стенам кабины. Защищайтесь любыми способами, используя право необходимой обороны

31. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... д, в...):

- а) ... освоить несколько приёмов самообороны ...
- б) ... чтобы чувствовать себя уверенно, необходимо: ...
- в) ... всегда стараться избегать опасных ситуаций ...
- г) ... если есть возможность убежать — бежать немедленно ...
- д) ... и в случае необходимости быть готовым защищать себя всеми доступными средствами ...
- е) ... научиться прогнозировать события ...

32. Дополните фразу: «К наиболее опасным террористическим актам можно отнести _____» (выберите три правильных ответа):

- а) взрывы в местах массового скопления людей
- б) похищение людей с целью получения выкупа и угроза физического уничтожения заложника
- в) распространение непроверенных слухов
- г) звонки по телефону с целью розыгрыша
- д) отравление систем водоснабжения, продуктов питания, искусственное распространение возбудителей инфекционных заболеваний

33. Дополните письменно информацию: «Терроризм — это _____ насилия и практика воздействия на принятие решения органами государственной власти, органами местного самоуправления или международными органами защиты, связанные с устрашением населения и иными формами противоправных насильственных действий».

34. Установите соответствие между ситуацией, возникшей после террористического акта, и правилом поведения в ней (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в ...):

- 1) жилое здание повреждено взрывом, но по нему можно передвигаться
- 2) вас завалило обломками разрушенных стен
 - а) включите локальную (квартирную) систему оповещения и проверьте возможность взаимного общения (с помощью теле-, радио-, телефонной связи, голоса)

- б) в случае вынужденной эвакуации возьмите необходимые носильные вещи, деньги, ценности
- в) если пространство около вас относительно свободно, не зажигайте спички — берегите кислород
- г) продвигайтесь осторожно, стараясь не вызвать нового обвала, ориентируйтесь по движению воздуха, поступающего снаружи
- д) при возможности с помощью подручных предметов (доска, кирпич и т. п.) укрепите обвисающие балки, потолок от разрушения и дожидайтесь помощи
- е) если вы находитесь глубоко от поверхности земли, перемещайте влево-вправо любой металлический предмет (кольцо, ключи, кусок трубы и т. п.) для обнаружения вас металлоискателем
- ж) изолируйте квартиру (закройте все двери и окна), немедленно сообщите о случившемся по телефону в соответствующие органы правопорядка
- з) входную дверь плотно прикройте, не закрывая на замок
- и) голосом и стуком привлекайте внимание людей
- к) при невозможности эвакуации необходимо принять меры, чтобы о вас знали; выйдите на балкон или откройте окно и зовите на помощь

35. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... а, д ...):

- а) ... или просто убивают людей ...
- б) ... для достижения своих ...
- в) ... используют различные ...
- г) ... захватывают заложников ...
- д) ... виды террористических актов: ...
- е) ... организуют взрывы ...
- ж) ... преступных целей террористы ...
- з) ... устраивают пожары, ...
- и) ... угоняют самолеты, ...
- к) ... проводят массовые отравления, ...

36. Дополните фразу: «В России наиболее подвержены воздействию цунами _____» (выберите три правильных ответа):

- а) Заполярье
- б) озеро Байкал
- в) восточное побережье Камчатки и Курильских островов
- г) остров Сахалин
- д) побережье Тихого океана

37. Дополните письменно информацию: «Чрезвычайная ситуация (ЧС) — это обстановка, которая оказывает отрицательное влияние на жизнедеятельность человека и приводит к _____ среди людей».

38. Установите соответствие между степенью опасности природного явления и его видом (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в ...):

- 1) обычные природные явления
- 2) опасные природные явления

- а) землетрясения
- б) цунами
- в) наводнения
- г) туман
- д) оползни
- е) лесные пожары
- ж) дождь
- з) снежные лавины
- и) ураганы
- к) штормовые ветры
- л) смерчи
- м) сильные заморозки
- н) иней

39. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... а, д ...):

- а) ... чрезвычайная ситуация природного характера — ...
- б) ... и нарушения условий жизнедеятельности людей ...
- в) ... это обстановка на определённой территории, ...
- г) ... сложившаяся в результате опасного природного явления ...
- д) ... или стихийного бедствия, ...
- е) ... ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, ...
- ж) ... значительные материальные потери ...
- з) ... которое может повлечь или ...
- и) ... повлекло за собой человеческие жертвы, ...

40. Дополните фразу: «При внезапном землетрясении необходимо _____» (выберите три правильных ответа):

- а) широко распахнуть окно, встать на подоконник и посмотреть, где произошли наиболее сильные разрушения зданий и построек (гаражей, бытовок и т. п.)
- б) для того чтобы покинуть здание, пользоваться только лестницей, а ни в коем случае не лифтом
- в) при прекращении толчков немедленно покинуть здание
- г) оставаясь в квартире, занять относительно безопасное место (проёмы дверей, места возле опорных колонн, места под столом, кроватью)

41. Дополните письменно информацию: «При внезапном наводнении необходимо до прибытия помощи оставаться на верхних этажах и крышах зданий и других _____ местах».

42. Согласно шкале Меркалли установите соответствие между относительной степенью силы землетрясения и его оценкой в баллах (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в ...):

- 1) уничтожающее
- 2) незаметное
- 3) слабое
- 4) катастрофа
- 5) сильная катастрофа
- 6) умеренное
- 7) довольно сильное
- 8) сильное
- 9) опустошительное
- 10) очень сильное
- 11) разрушительное
- 12) очень слабое

- а) 1 балл
- б) 2 балла
- в) 3 балла
- г) 4 балла
- д) 5 баллов
- е) 6 баллов
- ж) 7 баллов
- з) 8 баллов
- и) 9 баллов
- к) 10 баллов
- л) 11 баллов
- м) 12 баллов

43. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... а, д ...):

- а) ... подвале, убежище, овраге или лечь на дно любого углубления ...
- б) ... о приближении смерча ...
- в) ... при получении информации ...
- г) ... или обнаружении его по внешним ...
- д) ... признакам следует покинуть все виды ...
- е) ... транспорта и укрыться в ближайшем ...
- ж) ... и прижаться к земле ...

44. Дополните фразу «При лесном возгорании необходимо _____» (выберите два правильных ответа):

- а) бежать, если загорелась одежда
- б) выходить из зоны лесного пожара навстречу ветру, используя для этого открытое пространство, просеки, дороги, реки

- в) войти в зону пожара и посмотреть, не остались ли там следы вольных или невольных поджигателей
- г) при прохождении через зону горения использовать простейшие повязки, платки, шарфы, чтобы уменьшить вероятность отравления продуктами горения

45. Дополните письменно информацию: «При внезапных землетрясении, наводнении, буре, смерче, урагане, лесном пожаре в любой сложившейся обстановке необходимо действовать уверенно, не допускать _____ и _____».

46. Установите соответствие между видом чрезвычайной ситуации техногенного характера и объектом, на котором она может произойти (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в ...):

- 1) радиационные чрезвычайные ситуации
- 2) гидродинамические чрезвычайные ситуации
 - а) атомная электростанция
 - б) гидроэлектростанция
 - в) плотина
 - г) судоподъемник
 - д) исследовательская ядерная установка
 - е) промышленное предприятие топливного цикла, работающее с ядерными материалами
 - ж) насосная станция
 - з) судоходный шлюз
 - и) водовыпускное сооружение

47. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... значительные материальные потери ...
- б) ... чрезвычайная ситуация техногенного характера — это ...
- в) ... обстановка на определённой территории, ...
- г) ... сложившаяся в результате аварии или опасного техногенного происшествия, ...
- д) ... человеческие жертвы, ущерб здоровью людей ...
- е) ... или окружающей природной среде, ...
- ж) ... и нарушение условий жизнедеятельности ...
- з) ... которые могут повлечь или повлекли за собой ...

48. Дополните фразу: «При химической аварии на железнодорожных и автомобильных магистралях, связанных с транспортировкой АХОВ, опасная зона устанавливается от места аварии в радиусе _____» (выберите правильный ответ):

- а) 200 м
- б) 100 м
- в) 500 м
- г) не менее 150 м

49. Дополните письменно информацию: «_____ населения — это комплекс мероприятий по организованному вывозу (выводу) населения из зон прогнозируемых или возникших чрезвычайных ситуаций и его временному размещению в заранее подготовленных безопасных районах».

50. Установите соответствие между типом угроз национальной безопасности России, нейтрализация которых является в определённой степени функцией Вооружённых Сил Российской Федерации, и видом угрозы (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в ...):

- 1) внешние угрозы
 - 2) внутренние угрозы
 - 3) трансграничные угрозы
- а) создание, оснащение, обеспечение и подготовка на территориях других государств вооружённых формирований и групп с целью их переброски для действий на территории России
 - б) угроза деятельности международных террористических организаций
 - в) вооружённые провокации, включая нападения на военные объекты Российской Федерации, расположенные на территориях зарубежных государств, а также на объекты и сооружения на Государственной границе Российской Федерации или на границах её союзников
 - г) попытки насильственного изменения конституционного строя и нарушение территориальной целостности России
 - д) планирование, подготовка и осуществление действий по нарушению и дезорганизации функционирования органов государственной власти и управления, нападение на государственные, народно-хозяйственные, военные объекты, объекты жизнеобеспечения и информационной инфраструктуры
 - е) территориальные претензии к Российской Федерации, угроза политического или силового отторжения от Российской Федерации отдельных территорий
 - ж) развёртывание группировок сил и средств, имеющих целью военное нападение на Российскую Федерацию или её союзников
 - з) деятельность наркобизнеса, создающая угрозу проникновения наркотиков на территорию Российской Федерации или транзита наркотиков в другие страны
 - и) деятельность сепаратистских и радикальных религиозных национальных движений в Российской Федерации
 - к) деятельность поддерживающихся из-за рубежа подрывных сепаратистских, национальных или религиозных

экстремистских группировок, направленная на подрыв конституционного строя Российской Федерации, создание угрозы территориальной целостности Федерации и безопасности её граждан

51. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... вопрос о необходимости переоценки ...
- б) ... с учётом роли и места нашей страны в современном мире ...
- в) ... анализ существующих угроз национальной безопасности России ...
- г) ... с учётом изменений, произошедших в области военного ...
- д) ... и боевого противостояния, ...
- е) ... поставил на повестку дня ...
- ж) ... перспектив военного строительства в России ...

52. Дополните фразу: «Современная война по масштабам может быть _____» (выберите три правильных ответа):

- а) перманентной
- б) локальной
- в) региональной
- г) межрегиональной
- д) крупномасштабной
- е) религиозной

53. Дополните письменно информацию: «Существующий с давних времён принцип сосредоточения сил и средств на решающем направлении будет осуществляться не методом сосредоточения войск на избранном направлении, а главным образом путём _____ применения средств огневого поражения».

54. Установите соответствие между видом терроризма и средствами, используемыми при осуществлении террористических актов (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в ...):

- 1) традиционные виды терроризма
 - 2) технологические виды терроризма
- а) для совершения теракта применяются огнестрельное и холодное оружие
 - б) для совершения теракта применяются новейшие достижения науки и техники
 - в) для совершения теракта применяются компьютерные и информационные технологии
 - г) для совершения теракта применяются яды
 - д) для совершения теракта применяются взрывчатые вещества

- е) для совершения теракта применяются средства радио-электроники
- ж) для совершения теракта применяются изобретения ген-ной инженерии

55. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... органами местного самоуправления ...
- б) ... терроризм — это идеология насилия и практика ...
- в) ... воздействия на принятие решения ...
- г) ... органами государственной власти, ...
- д) ... или международными организациями, ...
- е) ... связанные с устрашением населения ...
- ж) ... согласно Федеральному закону «О противодействии терроризму», ...
- з) ... и (или) иными формами противоправных насильственных действий ...

56. Дополните фразу: «11 сентября 2001 г. террористические акты, связанные с захватом пассажирских самолётов и разрушением с помощью них зданий в Нью-Йорке и Вашингтоне, совершили террористы _____» (выберите правильный ответ):

- а) из организации «Алькаида»
- б) из «Аум Синрикё»
- в) красных бригад
- г) неустановленной организации

57. Дополните письменно информацию: «_____ по своим последствиям значительно превосходит все факторы, которые угрожают национальной безопасности России».

58. Установите соответствие между видом терроризма и его основными характеристиками (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в ...):

- 1) политический
 - 2) криминальный
 - 3) экономический
 - 4) националистический
 - 5) виртуальный
 - 6) психологический
 - 7) международный
- а) террористы используют новейшие технологии связи, поражают программное обеспечение информационной цепи. Разновидностью является телефонный терроризм, т. е. ложное сообщение о заложенном где-то взрывном устройстве

- б) осуществляется уголовными элементами или криминальными группами с целью добиться определённых уступок от властей, запугать власть и население страны
- в) выступает против социально-политической системы государства в целом или отдельных сторон его деятельности либо конкретных политических личностей. Политический терроризм преследует, как правило, цель завоевания политической власти в стране и направлен против существующей в данный момент в стране политической власти
- г) инициируется лишь экономическими интересами его заказчиков. Это могут быть совершение заказных убийств в отношении различного рода предпринимателей, политических деятелей; экономические и финансовые разборки, возникающие на почве конкурентной борьбы; захват заложников с целью получения выкупа за их освобождение
- д) основывается на межэтнических и национальных конфликтах, является эффективным способом дестабилизации обстановки в ряде регионов страны, характеризуется террористическими действиями группировок, которые стремятся добиться независимости от государства либо обеспечить превосходство одной нации над другой
- е) осуществляет свою деятельность на территории соседней страны. Он может быть направлен не только против граждан или организаций, но и против целого государства
- ж) террористы в своих целях могут использовать средства массовой информации

59. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... наркотики, по определению экспертов ...
- б) ... и, во-вторых, приём которых влечёт за собой изменение ...
- в) ... вегетативной нервной системы ...
- г) ... Всемирной организации здравоохранения, ...
- д) ... — это такие вещества или смесь веществ, ...
- е) ... которые, во-первых, коренным образом отличаются от всех веществ, ...
- ж) ... необходимых для нормальной жизнедеятельности человека, ...
- з) ... серьёзно осложняет деятельность внутренних органов, центральной и ...
- и) ... функционирования организма, ...

Модуль II. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Проверочные задания

60. Обоснуйте значение правил личной и общественной гигиены для здоровья человека.
61. Перечислите правила использования факторов окружающей среды для проведения закаливающих процедур.
62. Перечислите основные составляющие здорового образа жизни.
63. Расскажите, как вы осуществляете профилактику утомления.
64. Обоснуйте значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.
65. Перечислите вредные привычки и расскажите об их влиянии на здоровье.
66. Расскажите о профилактике вредных привычек.

Тестовые задания

67. Дополните фразу: «При длительном курении воздействие канцерогенных веществ на организм может вызвать следующее заболевание» (выберите правильный ответ):
 - а) туберкулёз
 - б) ангину
 - в) катар
 - г) рак
68. Отметьте три правильных ответа: «Выберите среди перечисленных ниже заболеваний те, которые являются инфекционными»:
 - а) разные виды гриппа
 - б) инфаркт миокарда
 - в) гепатит А
 - г) остеохондроз
 - д) педикулёз
 - е) холера
 - ж) столбняк

69. Дополните фразу: «Способность поддерживать необходимую для обеспечения жизнедеятельности нагрузку и противостоять утомлению, возникающему в процессе выполнения работы, называют _____» (выберите правильный ответ):

- а) выносливостью
- б) гибкостью
- в) устойчивостью
- г) координацией

70. Дополните фразу: «Заболевания, вызываемые болезнетворными вирусами, бактериями, простейшими грибами, способные к лёгкому распространению и вызывающие эпидемии, а иногда пандемии, называются _____».

Модуль III. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ВОЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ГОСУДАРСТВА

Проверочные задания

71. Назовите основные задачи гражданской обороны в современных условиях с учётом того, что она является составной частью системы национальной безопасности и обороноспособности страны.

72. Расскажите об оповещении и информировании населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.

73. Перечислите последовательность действий по сигналу тревоги «Внимание всем!».

74. Перечислите защитные сооружения гражданской обороны, создаваемые для инженерной защиты населения от опасностей мирного и военного времени. Дайте характеристику каждому из сооружений.

75. Перечислите основные средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Дайте каждому из них небольшую характеристику.

76. Расскажите о мероприятиях медицинской защиты в зонах чрезвычайных ситуаций.

77. Перечислите крупные реформы в Российской армии начиная с XVIII в. Назовите государственных деятелей, с именами которых связаны эти реформы.

78. Перечислите 16 Дней воинской славы России, которые упомянуты в Федеральном законе «О днях воинской славы и памятных датах России».

79. Назовите три вида и три отдельных рода войск, которые входят в состав Вооружённых Сил Российской Федерации. Охарактеризуйте каждый из них.

80. Перечислите войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооружённых Сил Российской Федерации. Дайте им характеристику.

81. Обоснуйте значение долга и чести для военнослужащего.

82. Обоснуйте значение войскового товарищества для боевой готовности и боеспособности подразделений Вооружённых Сил Российской Федерации.

83. Расскажите о размещении военнослужащих в воинской части.

84. Расскажите о распределении времени и повседневном порядке в воинской части.

85. Перечислите общие положения организации караульной службы.

86. Обоснуйте значение строевой подготовки для военнослужащих.

87. Расскажите о назначении и боевых свойствах автомата Калашникова.

88. Перечислите порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова.

89. Дайте характеристику современного боя.

Тестовые задания

90. Дополните фразу: «Система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, называется _____» (выберите правильный ответ):

- а) быстрым реагированием
- б) контртеррористической операцией
- в) обороной государства
- г) гражданской обороной

91. Дополните письменно информацию: «Руководство гражданской обороной в Российской Федерации осуществляет _____».

92. Установите соответствие между обычными средствами поражения и их поражающими факторами (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в ...):

- 1) осколочные авиабомбы
 - 2) фугасные авиабомбы
 - 3) шариковые авиабомбы
 - 4) боеприпасы объёмного взрыва
 - 5) зажигательное оружие
- а) применяют для поражения людей и животных. При разрыве образуется большое количество осколков, которые разлетаются в разные стороны на расстояние до 300 м от места взрыва. Кирпичные и деревянные стены осколки не пробивают
 - б) снаряжаются огромным количеством осколков весом до нескольких граммов размером от теннисного мяча до футбольного. Радиус поражающего действия составляет до 15 м
 - в) предназначены для разрушения всевозможных сооружений. В сравнении с ядерными боеприпасами их разрушительная сила невелика. Чаще всего они имеют взрыватели замедленного действия, которые срабатывают автоматически через некоторое время после сбрасывания бомбы
 - г) термическое воздействие на организм человека приводит прежде всего к ожогам
 - д) сбрасываются с самолёта в виде кассет. При их ударе о землю срабатывает взрыватель, который обеспечивает разброс жидкости и образование газового облака диаметром 15 м и высотой 2,5 м. Это облако подрывается специальным устройством замедленного действия. Основным поражающим фактором является распространяющаяся со сверхзвуковой скоростью ударная волна, мощность которой в 4—6 раз превышает энергию взрыва обычного взрывчатого вещества

93. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... опасностях, возникающих при ведении ...
- б) ... радио- и телевизионного вещания и других ...
- в) ... военных действий или вследствие этих действий ...
- г) ... оповещение и информирование населения об ...
- д) ... до населения сигналов опасности и ...
- е) ... необходимой информации об обстановке и ...

- ж) ... порядке поведения в создавшихся условиях ...
- з) ... и коммерческих систем проводного ...
- и) ... технических средств передачи информации ...
- к) ... предусматривают своевременное доведение ...
- л) ... с помощью комплексного использования государственных ...

94. Дополните фразу: «Радио- или телевизионные приёмники необходимо включить на местной программе передач и прослушать сообщение органов ГОЧС» после сигнала: _____ (выберите правильный ответ):

- а) говорит МЧС
- б) SOS
- в) внимание всем
- г) говорит Москва

95. Дополните письменно информацию: «Основным способом оповещения населения о чрезвычайных ситуациях в мирное время и в условиях войны, а также доведения до населения информации об обстановке и о его действиях в сложившихся условиях является _____ информация с использованием государственных и местных сетей проводного, радио- и телевизионного вещания».

96. Установите соответствие между группой средств индивидуальной защиты и их разновидностью (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в ...):

- 1) средства индивидуальной защиты органов дыхания
- 2) средства индивидуальной защиты кожи
 - а) общевойсковой защитный комплект
 - б) противогаз
 - в) производственная одежда
 - г) ватно-марлевая повязка
 - д) противопыльная тканевая маска
 - е) повседневная одежда, при необходимости пропитанная специальными растворами
 - ж) респиратор
 - з) лёгкий защитный костюм Л-1
 - и) аптечка индивидуальная АИ-2
 - к) индивидуальный противохимический пакет (ИПП-8)

97. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... мероприятия медицинской защиты ...
- б) ... мирного и военного времени ...
- в) ... в зонах чрезвычайных ситуаций ...
- г) ... проводятся с целью предотвращения ...

- д) ... стихийных бедствий и производственных аварий и катастроф ...
- е) ... или снижения тяжести поражений, ущерба ...
- ж) ... для жизни и здоровья людей от ...
- з) ... воздействия последствий применения ...
- и) ... средств поражения и опасных факторов ...

98. Дополните фразу: «Гражданскую оборону общеобразовательного учреждения возглавляет _____» (выберите правильный ответ):

- а) лицо, выбранное коллективом общеобразовательного учреждения
- б) представитель ГОЧС
- в) директор общеобразовательного учреждения
- г) председатель родительского комитета

99. Дополните письменно информацию: «В учебном заведении может быть создана _____ с целью организованного вывода (вывоза) учащихся и персонала из зон чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, их кратковременного размещения в заблаговременно подготовленных местах в районах, находящихся вне зон действия поражающих факторов».

100. Установите соответствие между группой работ в зонах чрезвычайных ситуаций и их видом (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в ...):

- 1) аварийно-спасательные работы
- 2) неотложные работы
 - а) поисково-спасательные работы
 - б) горноспасательные работы
 - в) работы по устройству безопасных проездов в завалах и на заражённых участках
 - г) газоспасательные работы
 - д) противодымные работы
 - е) локализация аварий на газовых, энергетических, водопроводных и других сетях в интересах ведения спасательных работ
 - ж) работы, связанные с тушением пожаров
 - з) укрепление или обрушение конструкций зданий и сооружений, угрожающих обвалом и препятствующих безопасному движению и проведению спасательных работ
 - и) ремонт и восстановление повреждённых и разрушенных линий связи и коммунально-энергетических сетей в целях обеспечения спасательных работ; обнаружение, обезвреживание и уничтожение взрывоопасных предметов
 - к) ремонт и восстановление повреждённых защитных сооружений

101. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... для организации управления ...
- б) ... общеобразовательного учреждения ...
- в) ... и чрезвычайным ситуациям назначается ...
- г) ... работник, уполномоченный на решение ...
- д) ... задач в области гражданской ...
- е) ... обороны, или заместитель руководителя ...
- ж) ... по обеспечению безопасности ...
- з) ... деятельностью учебного заведения ...
- и) ... по делам гражданской обороны ...

102. Дополните фразу: «Русской эскадрой в сражении с турецким флотом у мыса Тендра (1790 г.) командовал флотоводец _____» (выберите правильный ответ):

- а) М. Лазарев
- б) Ф. Ушаков
- в) С. Макаров
- г) П. Нахимов

103. Дополните письменно информацию: «Развитие и становление Вооружённых Сил России, их предназначение неразрывно связаны с развитием Российского государства, его общественным строем, экономикой и политикой, проводимой в интересах защиты государства от _____».

104. Установите соответствие между названиями Дня воинской славы России, которые упоминаются в Законе «О днях воинской славы и памятных датах России», и конкретной датой (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в ...):

- 1) День победы русских воинов князя Александра Невского над немецкими рыцарями на Чудском озере (Ледовое побоище)
- 2) День победы русских полков во главе с великим князем Дмитрием Донским над монголо-татарскими войсками в Куликовской битве
- 3) День народного единства
- 4) День победы русской армии под командованием Петра I над шведами в Полтавском сражении
- 5) День первой в российской истории морской победы русского флота под командованием Петра I над шведами у мыса Гангут
- 6) День взятия турецкой крепости Измаил русскими войсками под командованием А. В. Суворова
- 7) День победы русской эскадры под командованием Ф. Ф. Ушакова над турецкой эскадрой у мыса Тендра

- 8) День Бородинского сражения русской армии под командованием М. И. Кутузова с французской армией
- 9) День победы русской эскадры под командованием П. С. Нахимова над турецкой эскадрой у мыса Синоп
- 10) День победы Красной Армии над кайзеровскими войсками Германии (1918) — День защитника Отечества
- 11) День проведения военного парада на Красной площади в городе Москве в ознаменование двадцать четвёртой годовщины Великой Октябрьской социалистической революции
- 12) День начала контрнаступления советских войск в битве под Москвой
- 13) День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве
- 14) День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Курской битве
- 15) День снятия блокады города Ленинграда
- 16) День Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941—1945 гг.
 - а) 4 ноября
 - б) 9 августа 1714 г.
 - в) 11 сентября 1790 г.
 - г) 21 сентября 1380 г.
 - д) 18 апреля 1242 г.
 - е) 8 сентября 1812 г.
 - ж) 23 февраля 1918 г.
 - з) 10 июля 1709 г.
 - и) 1 декабря 1853 г.
 - к) 23 августа 1943 г.
 - л) 7 ноября 1941 г.
 - м) 24 декабря 1790 г.
 - н) 2 февраля 1943 г.
 - о) 9 мая 1945 г.
 - п) 5 декабря 1941 г.
 - р) 27 января 1944 г.

105. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... России во имя защиты ...
- б) ... изучение истории подвигов народов ...
- в) ... событий и памяти защитников ...
- г) ... Отечества есть основное направление ...
- д) ... и героическими делами во славу России ...
- е) ... в деле патриотического воспитания, подготовки ...
- ж) ... достойного гражданина России, гордящегося ...
- з) ... Родины, участие в увековечивании ...
- и) ... своей историей, своим народом, культурой ...

106. Дополните фразу: «Верховным главнокомандующим Вооружёнными Силами Российской Федерации в соответствии с Конституцией является _____» (выберите правильный ответ):

- а) министр обороны
- б) Президент Российской Федерации
- в) председатель Федерального собрания
- г) командующий Сухопутными войсками

107. Дополните письменно информацию: «Личный состав Вооружённых Сил России включает в себя _____ и лиц _____».

108. Установите соответствие между видом (или родом) Вооружённых Сил Российской Федерации и его основными функциями (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в ...):

- 1) Сухопутные войска
 - 2) Военно-воздушные силы
 - 3) Военно-морской флот
 - 4) Ракетные войска стратегического назначения
 - 5) Воздушно-десантные войска
 - 6) Космические войска
- а) вид Вооружённых Сил Российской Федерации, предназначенный для защиты органов высшего государственного и военного управления, стратегических ядерных сил, группировок войск, важных административно-промышленных центров и районов страны от разведки и ударов с воздуха, для завоеваний господства в воздухе, огневого и ядерного поражения противника с воздуха, повышения мобильности и обеспечения действий формирований видов Вооружённых Сил, ведения комплексной разведки и выполнения специальных задач
 - б) высокомобильный самостоятельный род войск, предназначенный для охвата противника по воздуху и выполнения задач в его тылу
 - в) вид Вооружённых Сил, предназначенный для обеспечения военной безопасности государства с океанских (морских) направлений, защиты стратегических интересов Российской Федерации в океанских, морских районах (зонах)
 - г) вид Вооружённых Сил Российской Федерации, предназначенный для прикрытия государственной границы, отражения ударов агрессора, удержания занимаемой территории, разгрома группировок войск и овладения территорией противника

- д) принципиально новый самостоятельный род войск, который предназначен для вскрытия начала ракетного нападения на Российскую Федерацию и её союзников
- е) самостоятельный род войск, предназначенный для реализации мер ядерного сдерживания и поражения стратегических объектов, составляющих основу военного и военно-экономического потенциала противника

109. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... тыла, воинские части и учреждения тыла, другие ...
- б) ... Сухопутные войска (СВ), оснащённые ...
- в) ... и оружия, включают в себя органы ...
- г) ... военного управления, мотострелковые, танковые ...
- д) ... различными видами военной техники ...
- е) ... обороны (ПВО), являющиеся родами ...
- ж) ... войск, а также специальные войска (соединения и части разведки, связи, инженерные, ядерно-технические, технического обеспечения, автомобильные и охраны ...
- з) ... воинские части, учреждения, предприятия и организации...
- и) ... войска, ракетные войска и ...
- к) ... артиллерию, войска противовоздушной ...

110. Дополните фразу: «Главную ударную силу Сухопутных войск составляют _____» (выберите правильный ответ):

- а) танковые войска
- б) мотострелковые войска
- г) войска противовоздушной обороны Сухопутных войск (ПВО СВ)
- д) ракетные войска Сухопутных Сил
- е) артиллерия

111. Дополните письменно информацию: «По своим боевым возможностям Сухопутные войска способны самостоятельно или во взаимодействии с другими видами Вооружённых Сил вести _____ и отражать _____ противника».

112. Установите соответствие между родом авиации и её предназначением (ответ представьте цифрой с буквой, например 2в ...):

- 1) дальняя авиация
- 2) военно-транспортная авиация
- 3) фронтовая бомбардировочная и штурмовая авиация
- 4) фронтовая разведывательная авиация
- 5) фронтовая истребительная авиация
- 6) армейская авиация

- а) предназначена прежде всего для осуществления авиационной поддержки Сухопутных войск во всех видах военных действий (обороне, наступлении, контрнаступлении)
- б) предназначена для уничтожения средств воздушного нападения противника при решении задач прикрытия группировок Вооружённых Сил, экономических районов, административно-политических центров, военных и других объектов
- в) основное средство десантирования войск и боевой техники в интересах операций на континентальных и океанских театрах войны; она является самым мобильным средством доставки в заданные районы материальных средств, боевой техники, продовольствия, частей и подразделений разных видов Вооружённых Сил и родов войск
- г) главная ударная сила ВВС, способная эффективно поражать важные объекты авиационных группировок, корабли-носители крылатых ракет морского базирования (КРМБ), энергетические объекты и объекты высшего военного и государственного управления, узлы железнодорожных, автомобильных и морских коммуникаций
- д) предназначена для огневой поддержки Сухопутных войск; на неё также возлагаются задачи боевого и тылового обеспечения
- е) предназначена для ведения воздушной разведки в интересах всех видов Вооружённых Сил и родов войск

113. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... Военно-воздушные силы ...
- б) ... и районов страны от разведки и ударов ...
- в) ... сил, группировок войск, важных ...
- г) ... управления, стратегических ядерных ...
- д) ... административно-промышленных центров ...
- е) ... мобильности и обеспечения действий ...
- ж) ... с воздуха, для завоевания господства ...
- з) ... в воздухе, огневого и ядерного ...
- и) ... поражения противника с воздуха, повышения ...
- к) ... формирований разных видов Вооружённых Сил Российской Федерации, ведения ...
- л) ... комплексной разведки и выполнения специальных задач ...
- м) ... (ВВС) — вид Вооружённых ...
- н) ... Сил Российской Федерации, предназначенный для защиты органов ...
- о) ... высшего государственного и военного ...

114. Дополните фразу: «Самый многочисленный вид войск Российской Федерации называется _____» (выберите правильный ответ):

- а) Ракетными войсками стратегического назначения
- б) морской пехотой
- в) Военно-воздушными силами
- г) Сухопутными войсками.

115. Дополните письменно информацию: «Основой вооружения Ракетных войск стратегического назначения в настоящее время являются стационарные и мобильные _____».

116. Установите соответствие между разновидностью других войск и возложенными на них задачами (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в ...):

- 1) Внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации
 - 2) Войска гражданской обороны
- а) участие в борьбе с терроризмом и обеспечении правового режима контртеррористической операции
 - б) участие в мероприятиях, направленных на предупреждение чрезвычайных ситуаций, в обучении населения способам защиты от опасностей, возникающих при ЧС и в результате военных действий
 - в) проведение работ по локализации и ликвидации угроз уже возникших ЧС
 - г) участие совместно с органами внутренних дел Российской Федерации в охране общественного порядка, обеспечении общественной безопасности и режима чрезвычайного положения
 - д) охрана важных государственных объектов и специальных грузов
 - е) эвакуация населения, материальных и культурных ценностей из опасных зон в безопасные районы
 - ж) оказание содействия пограничным органам федеральной службы безопасности в охране Государственной границы Российской Федерации
 - з) доставка и обеспечение сохранности грузов, перевозимых в зону ЧС в качестве гуманитарной помощи, в том числе и в зарубежные страны
 - и) участие в территориальной обороне Российской Федерации
 - к) оказание медицинской помощи пострадавшему населению, обеспечение его продуктами питания, водой и средствами первой необходимости; борьба с пожарами, возникающими в результате ЧС, крупными лесными, торфяными и другими пожарами

117. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... задач по защите Российской Федерации ...
- б) ... другие войска, воинские формирования и ...
- в) ... органы привлекаются к совместной с ...
- г) ... от вооружённого нападения ...
- д) ... Вооружёнными Силами Российской Федерации ...
- е) ... оперативной и мобилизационной подготовке ...
- ж) ... в целях подготовки к выполнению ...

118. Дополните фразу: «Войска гражданской обороны входят в состав _____» (выберите правильный ответ):

- а) Военно-морского флота
- б) Сухопутных войск
- в) других войск (вне системы Министерства обороны Российской Федерации)
- г) Ракетных войск стратегического назначения

119. Дополните письменно информацию: «Военнослужащий обладает всеми правами и свободами человека и гражданина, предусмотренными _____».

120. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... Российской армии, её боевые ...
- б) ... дружба и войсковое товарищество ...
- в) ... — это неотъемлемые составляющие ...
- г) ... всей истории Российской армии ...
- д) ... традиции, которые складываются ...
- е) ... и развиваются на протяжении ...

121. Дополните фразу: «Стрелковое оружие и боеприпасы в подразделениях хранятся _____» (выберите правильный ответ):

- а) в казармах возле постелей военнослужащих
- б) в отдельной комнате с металлическими решётками
- в) в цейхгаузе
- г) на гарнизонной гауптвахте

122. Дополните письменно информацию: «Военнослужащие, проходящие военную службу по призыву, кроме матросов и старшин, находящихся на кораблях, размещаются в _____».

123. Установите соответствие между видом караула и его основной характеристикой (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 1б):

- 1) гарнизонный караул
- 2) внутренний караул

- а) назначается для охраны и обороны объектов армейского, окружного или центрального подчинения, не имеющих своих подразделений охраны, объектов общегарнизонного значения, объектов соединений или нескольких воинских частей, расположенных в непосредственной близости один от другого, а также для охраны лиц, содержащихся на гарнизонной гауптвахте
- б) назначается для охраны и обороны объектов одной воинской части (корабля)

124. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... для выполнения боевой задачи ...
- б) ... вооружённое подразделение, назначенное ...
- в) ... по охране и обороне боевых ...
- г) ... караулом называется ...
- д) ... объектов, а также для охраны лиц, содержащихся ...
- е) ... знамён, военных и государственных ...
- ж) ... на гауптвахте и в дисциплинарном батальоне ...

125. Дополните фразу: «Дневальный по роте подчиняется _____» (выберите правильный ответ):

- а) старшине роты
- б) дежурному по роте
- в) сержантам роты
- г) офицеру любой воинской части, если он появится в расположении роты

126. Дополните письменно информацию: «Дежурный по роте назначается из _____ и, как исключение, из числа наиболее подготовленных солдат».

127. Установите порядок неполной разборки автомата Калашникова (ответ представьте цифрой с буквой, например ... в, д...):

- а) отделить затворную раму с затвором
- б) отделить возвратный механизм
- в) отделить газовую трубку со ствольной накладкой
- г) отделить затвор от затворной рамы
- д) вынуть пенал с принадлежностями
- е) отделить крышку ствольной коробки
- ж) отделить шомпол
- з) отделить магазин

128. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... Федерации, высокой бдительности ...
- б) ... является выполнением боевой задачи ...
- в) ... и требует от личного состава ...

- г) ... точного соблюдения всех положений ...
- д) ... Устава гарнизонной и караульной ...
- е) ... несение караульной службы ...
- ж) ... служб Вооружённых Сил Российской ...
- з) ... непреклонной решимости и разумной инициативы ...

129. Дополните фразу: «Единственным средством для достижения победы является _____» (выберите правильный ответ):

- а) всесторонняя подготовка личного состава
- б) изучение уставов Вооружённых Сил Российской Федерации
- в) бой
- г) разведка

130. Дополните письменно информацию: «Строевая _____ является основным элементом строевой выучки».

131. Установите порядок сборки автомата Калашникова после неполной разборки (ответ представьте цифрой с буквой, например ... а, в...):

- а) присоединить крышку ствольной коробки
- б) присоединить шомпол
- в) присоединить затвор к затворной раме
- г) присоединить затворную раму с затвором к ствольной коробке
- д) присоединить магазин к автомату
- е) присоединить газовую трубку со ствольной накладкой
- ж) спустить курок с боевого взвода и поставить на предохранитель
- з) вложить пенал в гнездо приклада
- и) присоединить возвратный механизм

132. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... тактических действий войск авиации и ...
- б) ... современный бой — основная форма ...
- в) ... в течение короткого времени ...
- г) ... флота, организованное вооружённое ...
- д) ... столкновение соединений, частей и ...
- е) ... подразделений, воюющих сторон, представляющее ...
- ж) ... собой согласованные по цели, месту ...
- з) ... и времени удары, огонь и маневр ...
- и) ... противника и выполнения других ...
- к) ... в целях уничтожения (разгрома) ...
- л) ... тактических задач в определённом районе ...

Проверочные и тестовые задания для 11 класса

Модуль I.

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА

Проверочные задания

1. Перечислите, в каких случаях огонь становится врагом человека.
2. Назовите наиболее распространённые причины пожаров в быту.
3. Назовите основные права и обязанности граждан в области пожарной безопасности (согласно Федеральному закону «О пожарной безопасности»).
4. Приведите наиболее характерные и часто встречающиеся опасные ситуации во время пожара и перечислите рекомендации специалистов по правилам безопасного поведения в них.
5. Сформулируйте общепринятые меры безопасности при отдыхе на водоёмах.
6. Назовите два главных условия безопасности на воде.
7. Перечислите общепринятые правила при пользовании электричеством и бытовым газом.
8. Назовите меры безопасности при пользовании средствами бытовой химии.
9. Перечислите основные документы, которые составляют правовую основу противодействия терроризму.
10. Назовите основные принципы противодействия терроризму.
11. Сформулируйте необходимость проведения контртеррористической операции, если террористы захватили заложников и выдвинули свои требования.
12. Перечислите основные правила поведения в ситуации, если вас захватили в заложники террористы. Обоснуйте их правильность.

13. Расскажите о вашем поведении в случае, если вы оказались в районе перестрелки.

14. Назовите основные государственные документы, в которых определены конкретные меры противодействия распространению наркотиков и наркомании.

Тестовые задания

15. Дополните информацию: «Чаше всего пожары возникают по причине _____» (выберите правильный ответ):

- а) неисправности электропроводки
- б) человеческого фактора
- в) поджогов
- г) неисправности оборудования

16. Дополните письменно информацию: «Главное правило безопасного отдыха человека на воде заключается в знании мест, где вода в водоёмах проверена и не представляет опасности для здоровья и где купание _____».

17. Установите соответствие между рекомендуемой температурой воды и продолжительностью купания (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в...):

- 1) при температуре воды 18 °С
 - 2) при температуре воды 20 °С
 - 3) при температуре воды 24 °С
- а) 15—20 мин
 - б) 10—12 мин
 - в) 6—8 мин

18. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... органами местного самоуправления или международными организациями ...
- б) ... действий, связанных с устрашением ...
- в) ... взрыва, поджога или иных ...
- г) ... населения и создающих опасность ...
- д) ... террористический акт — совершение ...
- е) ... гибели человека, причинения значительного ...
- ж) ... имущественного ущерба либо ...
- з) ... наступления экологической катастрофы ...
- и) ... или иных особо тяжких последствий, в целях ...
- к) ... противоправного воздействия на принятие ...
- л) ... решения органами государственной власти ...

19. Дополните информацию: «Единое управление силами и средствами, входящими в состав группировки по ликвидации террористической опасности, осуществляет _____» (выберите правильный ответ):

- а) руководитель контртеррористической операции
- б) представитель ФСБ
- в) представитель МВД
- г) представитель МЧС

20. Дополните письменно информацию: «Успех в борьбе с терроризмом возможен только в том случае, если граждане страны будут проявлять _____ и _____, своевременно информировать правоохранительные органы и спецподразделения о замеченных признаках возможного теракта».

21. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... на водных объектах, и других федеральных ...
- б) ... пожарной безопасности и безопасности людей ...
- в) ... в состав группировки сил и средств для проведения ...
- г) ... подразделения, воинские части и соединения ...
- д) ... Вооружённых Сил Российской Федерации, подразделения ...
- е) ... федеральных органов исполнительной власти, ведающих ...
- ж) ... вопросами безопасности, обороны, внутренних ...
- з) ... контртеррористической операции могут включаться ...
- и) ... населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, обеспечения ...
- к) ... органов исполнительной власти, а также ...
- л) ... подразделения органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации ...
- м) ... дел, юстиции, гражданской обороны, защиты ...

22. Дополните информацию: «В России, как и повсюду в мире, среди потребляющих наркотики преобладают _____» (выберите правильный ответ):

- а) люди среднего возраста
- б) представители уголовного мира
- в) лица, связанные по работе с наркотиками
- г) молодые люди

23. Дополните письменно информацию: «Попробовав наркотик хотя бы один раз, человек ставит под угрозу своё _____ и даже _____».

Модуль II. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Проверочные задания

- 24.** Обоснуйте значение правил личной гигиены для здоровья человека.
- 25.** Перечислите правила использования факторов окружающей среды для проведения закаливающих процедур.
- 26.** Обоснуйте, почему воспроизводство является одной из основных функций семьи.
- 27.** Назовите инфекции, передаваемые половым путём (ИППП). Охарактеризуйте каждую из них.
- 28.** Назовите главную причину заболеваемости и смертности людей от СПИДа.
- 29.** Перечислите основные положения семейного права, которые закреплены в Семейном кодексе Российской Федерации.
- 30.** Охарактеризуйте различные виды сердечной недостаточности. Перечислите способы оказания первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности.
- 31.** Перечислите основные причины инсульта и его виды.
- 32.** Расскажите о способе оказания первой медицинской помощи при инсульте.
- 33.** Охарактеризуйте различные виды кровотечений. Перечислите способы остановки кровотечений.
- 34.** Перечислите способы иммобилизации и переноски пострадавшего.
- 35.** Перечислите основные травмы опорно-двигательного аппарата. Охарактеризуйте их.
- 36.** Охарактеризуйте способы оказания первой медицинской помощи при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.
- 37.** Охарактеризуйте способы оказания первой медицинской помощи при травмах в области таза, при повреждении спины и позвоночника.
- 38.** Перечислите правила проведения сердечно-лёгочной реанимации.

Тестовые задания

39. Укажите, чем определяется нравственный компонент здорового образа жизни. Выберите правильный ответ из приведённых ниже:

- а) семейный образ жизни, предполагающий постоянство партнёров
- б) холостой образ жизни с частой сменой партнёров
- в) семейный образ жизни, предполагающий периодическую смену партнёров
- г) семейный образ жизни, предполагающий свободные взаимоотношения со случайными партнёрами

40. Дополните письменно информацию: «Совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья человека, называется ____».

41. Дополните письменно информацию: «Инфекции, передаваемые половым путём (ИППП), по традиции называются ____».

42. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например .. в, а ...):

- а) ... до того времени, пока люди поддерживают ...
- б) ... смена поколений продолжается ...
- в) ... устойчивую систему воспроизводства, т. е. ...
- г) ... рождение и воспитание здорового ...
- д) ... дальнейшее продвижение общества по пути цивилизации ...
- е) ... потомства, способного обеспечить ...

43. Установите соответствие между фактором, оказывающим влияние на гармонию совместной жизни, и его основной характеристикой (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в):

- 1) психологический фактор
 - 2) культурный фактор
 - 3) материальный фактор
- а) определяет степень соответствия взглядов партнёров на элементы совместной жизни (черты характера, волевые качества, интеллект, лидерство в семье)
 - б) определяет степень соответствия взглядов партнёров на элементы совместной жизни (черты характера, волевые качества, интеллект, лидерство в семье)
 - в) определяет интеллектуальные и культурные запросы супругов и зависит от их образовательного уровня, профессии, досуговых интересов

44. Дополните информацию: «Все ИППП, включая сифилис, помолодели, ими всё чаще заражаются дети и подростки ____» (выберите правильный ответ):

- а) 9—11 лет
- б) 15—16 лет
- в) 12—14 лет
- г) 7—8 лет

45. Дополните фразу: «Язвенное поражение половых органов, вызываемое вирусом простого герпеса, называется _____».

46. Установите соответствие между названием венерического заболевания и организмом, его вызывающим (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2д):

- 1) СПИД
 - 2) сифилис
 - 3) гонорея
 - 4) хламидиоз
 - 5) генитальный герпес
- а) вирус обычного герпеса
 - б) хламидии
 - в) гонококк
 - г) бледная трепонема
 - д) вирус иммунодефицита

47. Дополните информацию: «Лучшая профилактика СПИДа зависит от _____» (выберите три правильных ответа):

- а) использования предохранительных средств
- б) здорового образа жизни
- в) стерилизации медицинского инструментария
- г) чистоты взаимоотношения полов
- д) супружеской верности

48. Дополните фразу: «_____ — финальная стадия инфекционного заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ) и передающегося при половом контакте и с кровью».

49. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... семейное законодательство представляет ...
- б) ... в настоящее время в Российской Федерации ...
- в) ... семейные отношения, является Семейный ...
- г) ... кодексе, согласно которому ...
- д) ... основным актом, регулирующим ...
- е) ... собой законодательные и иные нормативные акты ...

50. Дополните информацию: «Между лицами, достигшими брачного возраста и выразившими добровольное согласие сочетаться брачными узами, брак НЕ может быть заключён в следующих случаях» (выберите два правильных ответа):

- а) не согласны родственники одного из вступающих в брак
- б) если вступающие в брак являются близкими родственниками
- в) если хотя бы одно лицо, из заключающих брак, уже состоит в другом зарегистрированном браке
- г) одно из лиц, вступающих в брак, служит в Вооружённых Силах Российской Федерации

51. Дополните письменно информацию: «В Российской Федерации установлен единый минимальный брачный возраст в _____ лет для мужчин и для женщин».

52. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... свои права и обязанности по взаимному ...
- б) ... семейных расходов, а также имущество, которое ...
- в) ... изменить установленный законом режим ...
- г) ... совместной собственности, определив ...
- д) ... содержанию, способы участия в доходах ...
- е) ... друг друга, порядок несения каждым из них ...
- ж) ... брачным договором супруги вправе ...
- з) ... будет передано каждому из супругов в случае расторжения брака ...

53. Дополните информацию: «В Российской Федерации установлен предельный возраст для вступления в брак» (выберите правильный ответ):

- а) 90 лет
- б) 100 лет
- в) 99 лет
- г) предельный возраст для вступления в брак не установлен

54. Дополните письменно информацию: «Сердечная недостаточность — это патологическое состояние, характеризующееся недостаточностью кровообращения вследствие снижения насосной функции _____».

55. Составьте фразу из фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... а, д ...):

- а) ... язык, очищают ротовую полость (при необходимости), кладут к ...
- б) ... инсульт состоит в том, что ...
- в) ... первая медицинская помощь при ...
- г) ... ногам грелку, срочно вызывают «скорую помощь» ...

- д) ... кровать, расстёгивают одежду для облегчения дыхания, голову ...
- е) ... сначала больного укладывают в ...
- ж) ... кладут на бок, чтобы не западал ...

56. Установите соответствие между видом инсульта и его основной характеристикой (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2а):

- 1) геморрагический инсульт
- 2) ишемический инсульт
 - а) возникает в результате разрыва патологически изменённого кровеносного сосуда головного мозга
 - б) возникает чаще при атеросклерозе сосудов головного мозга, понижении артериального давления, повышении свертывающих свойств крови, в результате закупорки мозгового сосуда тромбом

57. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... повреждения, нанесённые острым предметом ...
- б) ... в виде тонкой линии, — царапинами ...
- в) ... неглубокие раны с повреждением только ...
- г) ... поверхностных слоев кожи или слизистой ...
- д) ... ссадинами, а поверхностные ...
- е) ... оболочки, нанесённые плоским предметом ...
- ж) ... на большом протяжении, называются ...

Модуль III. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ВОЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ГОСУДАРСТВА

Проверочные задания

58. Перечислите основные функции Вооружённых Сил Российской Федерации.

59. Расскажите об основных задачах Вооружённых Сил Российской Федерации на современном этапе.

60. Назовите приоритетные направления военно-технического обеспечения безопасности России.

61. Обоснуйте необходимость применения Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом.

62. Расскажите об участии миротворческих подразделений Вооружённых Сил Российской Федерации в операциях по поддержанию мира и безопасности.

63. Обоснуйте на исторических и современных примерах значение Боевого знамени для воинских частей Вооружённых Сил России.

64. Перечислите основные российские награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе (на материале трёх периодов в истории России). Назовите награды, которые были заново учреждены на новых исторических этапах. Обоснуйте значимость их учреждения.

65. Перечислите основные виды военной формы одежды в Вооружённых Силах Российской Федерации.

66. Расскажите о воинском учёте в Российской Федерации. Обоснуйте его необходимость для обороны государства.

67. Расскажите о первоначальной постановке граждан на воинский учёт в Российской Федерации.

68. Перечислите основные обязанности граждан по воинскому учёту.

69. Расскажите об основных этапах обязательной подготовки граждан к военной службе.

70. Назовите основные требования к индивидуальным качествам специалистов по сходным воинским должностям.

71. Охарактеризуйте подготовку граждан по военно-учётным специальностям.

72. Укажите, что включает добровольная подготовка граждан к военной службе.

73. Перечислите основные военно-прикладные виды спорта, которыми имеют право заниматься граждане, подлежащие призыву на военную службу.

74. Расскажите об основных этапах медицинского освидетельствования граждан при постановке на воинский учёт.

75. Назовите основные категории годности к военной службе.

76. Обоснуйте значимость профессионального психологического отбора для выбора допризывником воинской профессии.

77. Перечислите категории граждан, которые освобождены от военных сборов.

78. Перечислите документы, на которых базируются правовые основы военной службы.

79. Назовите основные права и свободы военнослужащих.

80. Обоснуйте необходимость общепринятых международных правил поведения в бою.

81. Охарактеризуйте общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации.

82. Охарактеризуйте основные виды воинской деятельности (учебно-боевая подготовка, служебно-боевая деятельность, реальные боевые действия).

83. Охарактеризуйте требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина * (общие требования, морально-психологические требования).

84. Обоснуйте необходимость хорошей профессиональной подготовки и специальных знаний для каждого военнослужащего.

85. Обоснуйте, почему воинская дисциплина является одним из решающих условий боеспособности и боеготовности войск, важнейшим фактором, обеспечивающим победу на поле боя.

86. Охарактеризуйте общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.

87. Расскажите о порядке вручения Боевого знамени воинской части.

88. Расскажите о порядке приведения к Военной присяге.

89. Расскажите о порядке принесения обязательства (для иностранных граждан).

90. Расскажите о порядке вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия.

91. Расскажите о ритуале подъёма и спуска Государственного флага Российской Федерации.

92. Расскажите о порядке призыва на военную службу.

93. Охарактеризуйте особенности военной службы по контракту.

94. Охарактеризуйте особенности альтернативной гражданской службы.

Тестовые задания

95. Дополните информацию: «Срок альтернативной гражданской службы превышает установленный Федеральным законом „О воинской обязанности и военной службе“ срок военной службы по призыву _____» (выберите правильный ответ):

- а) в 2 раза
- б) в 2,5 раза
- в) 1,5 раза
- г) в 1,75 раза

96. Дополните информацию: «Самый многочисленный вид войск Российской Федерации называется _____» (выберите правильный ответ):

- а) Ракетными войсками стратегического назначения
- б) морской пехотой
- в) Военно-воздушными силами
- г) Сухопутными войсками

97. Объясните, какие виды подготовки предусмотрены для юношей-старшеклассников на учебных сборах на базе воинской части (выберите три правильных ответа):

- а) огневая подготовка
- б) боевая подготовка
- в) строевая подготовка
- г) тактическая подготовка
- д) правовая подготовка
- е) подготовка к автономному существованию в природной среде

98. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... в возрасте от 18 до 27 лет, которые не пребывают ...
- б) ... на альтернативную гражданскую службу ...
- в) ... в запасе и лично подали заявление ...
- г) ... законом «Об альтернативной гражданской ...
- д) ... о желании заменить военную службу ...
- е) ... по призыву альтернативной гражданской ...
- ж) ... службой и в отношении которых ...
- з) ... в соответствии с Федеральным ...
- и) ... службе» призывной комиссией ...
- к) ... принято соответствующее решение ...
- л) ... направляются граждане мужского пола ...

99. Составьте фразу из фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... д, а ...):

- а) ... агрессии со стороны других государств ...
- б) ... национальные интересы Российской Федерации в области ...
- в) ... общества и государства от военной ...
- г) ... обороны заключаются в обеспечении безопасности личности, ...

100. Дополните информацию: «Полную замену наличного вооружения Вооружённых Сил Российской Федерации предусматривается провести _____» (выберите правильный ответ):

- а) к 2010—2012 гг.
- б) к 2015 г.
- в) к 2018 г.
- г) к 2020—2025 гг.

101. Дополните письменно информацию: «Вооружённые Силы Российской Федерации играют главную роль в обеспечении национальной безопасности государства _____ методами».

102. Установите соответствие между исторической эпохой и учреждённым орденом (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в):

- 1) ордена Российской империи (до 1917 г.)
 - 2) ордена советского периода (1918—1991 гг.)
 - 3) ордена Российской Федерации (с 1992 г.)
- а) орден Александра Невского
 - б) орден «За заслуги перед Отечеством»
 - в) орден Мужества
 - г) орден Трудового Красного Знамени
 - д) орден Святого Иоанна Иерусалимского (Мальтийский орден)
 - е) орден Святого Станислава
 - ж) орден Святой Екатерины
 - з) орден Жукова
 - и) орден Белого Орла
 - к) орден Богдана Хмельницкого
 - л) орден Святого Андрея Первозванного
 - м) орден «За морские заслуги»
 - н) орден Святой Анны

103. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... для решения задач Вооружённые ...
- б) ... должны иметь в своём составе ...
- в) ... противодействия вероятному противнику ...
- г) ... силы ядерного сдерживания, силы ...
- д) ... неядерного сдерживания, мобильные ...
- е) ... Силы Российской Федерации ...
- ж) ... силы, средства информационного ...

104. Дополните информацию: «В зону конфликта в Южной Осетии был впервые введён миротворческий контингент _____» (выберите правильный ответ):

- а) в 1998 г.
- б) в 2001 г.
- в) в 2007 г.
- г) в 1992 г.

105. Дополните письменно информацию: «Военная _____ одежды и _____ различия военнослужащих подчёркивают их принадлежность к Вооружённым Силам Российской Федерации, конкретным видам и родам войск, воинским званиям, специальностям и профессиям».

106. Дополните информацию: «Комплекс мероприятий по переводу на военное положение Вооружённых Сил, экономики государства и органов государственной власти страны называется _____» (выберите правильный ответ):

- а) призывом на военную службу
- б) демобилизацией
- в) мобилизацией
- г) допризывной подготовкой

107. Установите соответствие класса воинских должностей и качеств военнослужащего, претендующего на эту должность (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в):

- 1) командные воинские должности
 - 2) операторские воинские должности
 - 3) воинские должности связи и наблюдения
 - 4) водительские воинские должности
 - 5) воинские должности специального назначения
- а) иметь прочные знания принципов действия, назначения, устройства, правил эксплуатации и обслуживания подвижного средства, установленных правил движения и сигналов
 - б) развитая оперативная и долговременная память; способность к длительной концентрации внимания; умение выделить в информации главное; точность и быстрота восприятия; хорошая координация движений; эмоциональная устойчивость; аккуратность и ответственность
 - в) острый слух и зрение; развитая оперативная память; правильная дикция и разборчивый почерк; хорошее владение русским языком; подвижность кистей и пальцев рук; развитое чувство ритма; выносливость нервной системы
 - г) деятельность на этих должностях осуществляется в особо напряженных, часто экстремальных условиях и связана с чрезмерными эмоциональными и физическими нагрузками
 - д) надо иметь хорошую, разностороннюю физическую подготовку; обладать ясной, разборчивой речью, уметь кратко и логически обоснованно излагать свои мысли,

доходчиво ставить подчинённым задачу; знать основы педагогики, основные принципы обучения и воспитания и методы формирования у подчинённых нужных качеств для исполнения воинской обязанности; важно обладать глубокими знаниями и необходимыми навыками, чтобы в короткие сроки освоить профессию по профилю отделения до уровня специалиста 1-го или 2-го класса; быть ознакомленным с основами управления воинским коллективом, правилами оценки обстановки, уяснения поставленных задач, принятия решения, организации исполнения, достижения намеченных результатов, контроля исполнения

108. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... по совершенствованию системы комплектования ...
- б) ... история нашего Отечества ...
- в) ... свидетельствует, что необходимость ...
- г) ... с учётом возможностей страны по народонаселению ...
- д) ... обороны государства, защита интересов ...
- е) ... Вооружённых Сил личным составом ...
- ж) ... России постоянно выдвигали требования ...

109. Дополните информацию: «Боевое знамя вручается воинской части от имени _____» (выберите правильный ответ):

- а) министра обороны Российской Федерации
- б) Президента Российской Федерации
- в) главнокомандующего вида или рода войск
- г) командующего военным округом

110. Дополните письменно информацию: «Воинскому учёту подлежат все граждане _____, достигшие призывного возраста, а также военнообязанные по месту жительства».

111. Дополните информацию: «Организация медицинского освидетельствования допризывников возложена _____» (выберите правильный ответ):

- а) на комиссию по постановке граждан на воинский учёт
- б) на врачей районной поликлиники
- в) на врачей военкомата
- г) на общественные организации

112. Дополните письменно информацию: «Стрелки», гранатомётчики и пулемётчики должны обладать такими профессионально важными качествами, как смелость, решительность, мужество, самообладание, исполнительность, дисциплинированность, быстрота двигательной реакции, точный _____, физическая _____».

113. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... в Вооружённых Силах Российской Федерации ...
- б) ... индивидуально-психологических качеств и способностей ...
- в) ... мероприятий, направленных на осуществление ...
- г) ... качественного комплектования воинских ...
- д) ... соответствия профессионально важных ...
- е) ... должностей на основе обеспечения ...
- ж) ... граждан, поступающих на военную ...
- з) ... профессиональный психологический отбор ...
- и) ... представляет собой комплекс ...
- к) ... службу, требованиям военно-профессиональной деятельности ...

114. Дополните информацию: «В военных комиссариатах профессиональный психологический отбор проводится _____» (выберите правильный ответ):

- а) представителями воинских частей
- б) нештатной группой профотбора
- в) гражданскими психологами
- г) преподавателями-организаторами курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

115. Дополните письменно информацию: «Военнослужащие увольняются с военной службы в запас, а военнослужащие, достигшие к моменту увольнения с военной службы предельного возраста пребывания в запасе или признанные не годными к военной службе по состоянию здоровья, — в _____».

116. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... дежурства, гарнизонной и внутренней ...
- б) ... в Вооружённых Силах Российской Федерации ...
- в) ... предусматривает непосредственное участие ...
- г) ... службы, соблюдение требований воинской дисциплины ...
- д) ... в боевых действиях, повседневную боевую ...
- е) ... подготовку, другие виды подготовки ...
- ж) ... исполнение обязанностей военной службы ...
- з) ... и обучения, постоянное совершенствование ...
- и) ... каждым военнослужащим своего воинского ...
- к) ... мастерства, несение боевого ...

117. Дополните информацию: «Продолжительность военных сборов для граждан, пребывающих в запасе, устанавливается сроком ____» (выберите правильный ответ):

- а) один месяц
- б) не более двух месяцев
- в) шесть месяцев
- г) не более четырёх месяцев

118. Дополните письменно информацию: «По своему служебному положению и воинскому званию одни военнослужащие по отношению к другим могут быть _____ или _____».

119. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... автомобильным (за исключением такси) ...
- б) ... на проезд на безвозмездной основе ...
- в) ... при увольнении с военной службы ...
- г) ... железнодорожным, воздушным, водным и ...
- д) ... транспортом в служебные командировки, в связи ...
- е) ... с переводом на новое место военной ...
- ж) ... службы, к местам использования основного ...
- з) ... отпуска, дополнительных отпусков, на лечение ...
- и) ... военнослужащие имеют право ...
- к) ... и обратно, на избранное место жительства ...

120. Дополните информацию: «Право на труд реализуется военнослужащими _____» (выберите правильный ответ):

- а) на работе по совместительству с военной службой
- б) в работе по военно-патриотическому воспитанию подрастающего поколения
- в) в шефской помощи учащимся общеобразовательных учреждений
- г) посредством прохождения военной службы

121. Дополните письменно информацию: «Во время прохождения службы по призыву и по контракту военнослужащий может получить дополнительную _____».

122. Установите соответствие между группой соглашений (конвенций) и основными понятиями, входящими в неё (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2а):

- 1) Гаагские конвенции
- 2) Женевские конвенции

- а) содержат положения: о защите жертв вооружённых конфликтов (военнопленных, раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, погибших); о защите граждан-

ского населения; об отношении к лицам, оказывающим помощь жертвам вооружённых конфликтов, в частности к медицинским службам

- б) регулируют в целом правила боевых действий (ведение боевых действий, понятия оккупации и нейтралитета)

123. Дополните письменно информацию: «Контрактники имеют право при увольнении с военной службы на выбор постоянного места жительства в _____».

124. Дополните письменно информацию: «Серьёзные нарушения „Права войны“ квалифицируются как _____».

125. Установите соответствие объекта особой защиты международного права и его отличительного знака, признанного международным сообществом (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в):

- 1) военная и гражданская медицинская службы
 - 2) гражданская оборона
 - 3) обозначенные культурные ценности под общей защитой
 - 4) обозначенные культурные ценности под особой защитой
 - 5) установки и сооружения, содержащие опасные силы: плотины, дамбы, атомные электростанции
- а) красный крест на белом поле или равноценная ему эмблема в виде красного полумесяца на белом фоне
 - б) три ярко-оранжевых круга, расположенные на одной оси
 - в) три знака, расположенные треугольником (один знак внизу)
 - г) равносторонний тёмно-синий треугольник на оранжевом фоне
 - д) бело-голубоватый щит

126. Дополните информацию: «Отбор кандидатов для поступления на военную службу по контракту из числа граждан, не находящихся на военной службе, осуществляется _____» (выберите правильный ответ):

- а) военными комиссариатами
- б) выездными комиссиями военных округов
- в) специальными представителями Министерства обороны
- г) военнослужащими, проходящими военную службу по контракту и прослужившими не менее 6 месяцев

127. Установите соответствие между уставом Вооружённых Сил и его содержанием (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в):

- 1) Устав внутренней службы
- 2) Дисциплинарный устав

3) Устав гарнизонной и караульной служб

4) Строевой устав

- а) определяет сущность воинской дисциплины, обязанности военнослужащих по её соблюдению, виды поощрений и дисциплинарных взысканий, права командиров (начальников) по их применению, а также порядок подачи и рассмотрения предложений, заявлений и жалоб
- б) 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
- в) определяет строевые приёмы и движения без оружия и с оружием, строи подразделений и воинских частей в пешем порядке и на машинах, порядок выполнения воинского приветствия, проведение строевого смотра, положение Боевого знамени воинской части в строю, порядок его выноса и относа, обязанности военнослужащих перед построением в строю и требования к их строевому обучению, а также на поле боя и действия при внезапном нападении противника
- г) определяет общие права и обязанности военнослужащих и взаимоотношения между ними, обязанности основных должностных лиц полка и его подразделений, а также правила внутреннего порядка

128. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... жизнь и быт военнослужащих, их ...
- б) ... это нормативно-правовые ...
- в) ... акты, которые регламентируют ...
- г) ... взаимоотношения между собой ...
- д) ... и повседневную деятельность ...
- е) ... общевоинские уставы — ...

129. Дополните информацию: «За состояние дисциплины в воинской части (подразделении) отвечает _____, который должен постоянно поддерживать высокую воинскую дисциплину, требовать от подчинённых её соблюдения, поощрять достойных, строго, но справедливо взыскивать с нерадивых» (выберите два правильных ответа):

- а) заместитель командира воинской части (подразделения) по воспитательной работе
- б) командир воинской части (подразделения)
- в) начальник штаба воинской части (подразделения)
- г) дежурный по полку

130. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... мероприятий с участием войск ...
- б) ... их по тревоге и проведение гарнизонных ...
- в) ... подготовки войск, организованный выход ...
- г) ... условия для повседневной жизни и ...
- д) ... дисциплины в гарнизоне, необходимые ...
- е) ... обеспечить поддержание воинской ...
- ж) ... гарнизонная служба имеет целью ...

131. Дополните информацию: «Воинские части, расположенные постоянно или временно в определённом населённом пункте или районе с установленными границами, называются _____» (выберите правильный ответ):

- а) ограниченным контингентом войск
- б) экспедиционным корпусом
- в) караулом
- г) гарнизоном

132. Дополните письменно информацию: «Учения проводятся в любую погоду, на реальной местности, со штатным оружием и с техникой, в обстановке, приближенной к _____».

133. Установите соответствие между основным видом воинской деятельности и его содержанием (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в):

- 1) учебно-боевая подготовка
 - 2) служебно-боевая деятельность
 - 3) реальные боевые действия
- а) направлена прежде всего на обеспечение высокого уровня боевой готовности подразделений и частей, т. е. способности войск в любых условиях обстановки начать военные действия в установленные сроки
 - б) система мероприятий по обучению и воинскому воспитанию личного состава частей и подразделений, боевому слаживанию частей и подразделений для подготовки их к ведению боевых действий или выполнению других задач, определённых предназначением Вооружённых Сил Российской Федерации
 - в) воинская деятельность, осуществляемая непосредственно в условиях боя и направленная на поражение противника

134. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... товарищество, взаимовыручка в бою ...
- б) ... каждый военнослужащий в процессе ...
- в) ... воинской деятельности должен ...

- г) ... постоянно стремиться вырабатывать ...
- д) ... товарищество, взаимовыручка в бою ...
- е) ... в себе такие качества, как беззаветная
- ж) ... в разгроме врага, мужество, героизм, готовность ...
- з) ... преданность своему народу, Родине, уверенность ...
- и) ... к самопожертвованию, войсковое ...

135. Дополните информацию: «Высшая форма обучения в воинских частях и подразделениях — это _____» (выберите правильный ответ):

- а) спортивный кросс
- б) регламентные работы
- в) учения
- г) караульная служба

136. Дополните письменно информацию: «Воинские обязанности имеют различия в зависимости не только от вида Вооружённых Сил Российской Федерации или рода войск, но ещё и от воинской _____».

137. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... в условиях повышения технической ...
- б) ... государства, сокращения времени, необходимого ...
- в) ... оснащённости Вооружённых Сил Российской Федерации ...
- г) ... для развёртывания войск и ...
- д) ... военнослужащего, так и подразделений и частей в целом ...
- е) ... приведения их в готовность вступить ...
- ж) ... морально-психологической, профессиональной ...
- з) ... и физической подготовки как каждого ...
- и) ... в бой, возросли требования к уровню ...

138. Дополните информацию: «Увольнение предоставляется военнослужащим _____» (выберите правильный ответ):

- а) по личному заявлению
- б) по решению дежурного по роте
- в) в порядке очерёдности
- г) по предварительной записи

139. Дополните письменно информацию: «Психологическую основу взаимоотношений военнослужащих в коллективе составляют _____ между ними, которые складываются в процессе совместной службы и повседневной жизни».

140. Установите соответствие между видом обязанностей военнослужащих и их содержанием (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в):

- 1) общие обязанности
 - 2) должностные обязанности
 - 3) специальные обязанности
- а) обязанности выражают сущность воинского долга и характеризуют содержание военной службы в Вооружённых Силах Российской Федерации
 - б) выполнение обязанностей военнослужащими предусмотрено при нахождении на боевом дежурстве, в суточном и гарнизонном нарядах, а также при ликвидации последствий стихийных бедствий и других чрезвычайных ситуаций
 - в) обязанности определяются воинскими уставами, а также соответствующими руководствами, наставлениями, инструкциями или письменными приказами прямых начальников

141. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а ...):

- а) ... боевой славой Вооружённых ...
- б) ... Сил, своей воинской ...
- в) ... военнослужащий должен с честью ...
- г) ... и достоинством нести высокое ...
- д) ... части и честью своего воинского звания ...
- е) ... звание защитника Российской ...
- ж) ... Федерации, дорожить честью и ...

142. Дополните информацию: «Приведение военнослужащих к военной присяге (принесение обязательства) осуществляется в соответствии с „Положением о порядке приведения к военной присяге (принесения обязательства“, предусмотренном в _____» (выберите правильный ответ):

- а) Дисциплинарном уставе Вооружённых Сил Российской Федерации
- б) Уставе гарнизонной и караульной служб Вооружённых Сил Российской Федерации
- в) Строевом уставе Вооружённых Сил Российской Федерации
- г) Внутреннем уставе Вооружённых Сил Российской Федерации

143. Дополните письменно информацию: «Боевое знамя воинской части есть особо _____, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части, а также указывающий на его принадлежность к Вооружённым Силам Российской Федерации».

144. Дополните информацию: «Призыв на военную службу граждан, не пребывающих в запасе, осуществляется _____» (выберите правильный ответ):

- а) в течение всего года
- б) два раза в год
- в) три раза в год
- г) один раз в год

145. Дополните письменно информацию: «Ритуал вручения вооружения и военной техники заканчивается прохождением воинской части торжественным _____».

146. Дополните информацию: «Решение о призыве гражданина на военную службу или об освобождении либо о предоставлении отсрочки от призыва на военную службу призывная комиссия принимает только после _____» (выберите правильный ответ):

- а) дополнительного обращения в комиссию родителей допризывника
- б) беседы с преподавателем-организатором курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в общеобразовательных учреждениях
- в) определения категории годности
- г) медицинского освидетельствования

147. Дополните письменно информацию: «Граждане, подлежащие призыву на военную службу, обязаны явиться по вызову военного комиссариата на _____ освидетельствование и заседание призывной комиссии».

148. Установите соответствие между официальной категорией состава военнослужащих и воинским званием (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в):

- 1) солдаты и матросы
 - 2) сержанты и матросы
 - 3) прапорщики и мичманы
 - 4) младшие офицеры
 - 5) старшие офицеры
 - 6) высшие офицеры
- а) старший прапорщик
 - б) младший сержант
 - в) майор
 - г) ефрейтор
 - д) подполковник
 - е) капитан
 - ж) контр-адмирал
 - з) генерал-лейтенант
 - и) капитан-лейтенант
 - к) капитан 2-го ранга

149. Дополните информацию: «Для прибывших в воинскую часть для прохождения службы по призыву продолжительность начальной военной подготовки не превышает _____» (выберите правильный ответ):

- а) одной недели
- б) трёх недель
- в) одного месяца
- г) двух месяцев

150. Дополните письменно информацию: «Каждый военно-служащий проходит военную службу на определённой воинской _____, которой соответствует воинское звание».

151. Дополните информацию: «Началом военной службы для граждан, призванных на военную службу, считается _____» (выберите правильный ответ):

- а) день убытия из военного комиссариата субъекта Российской Федерации к месту прохождения службы
- б) день прибытия в воинскую часть, входящую в состав Вооружённых Сил Российской Федерации
- в) дата, указанная в повестке
- г) день прибытия в военный комиссариат субъекта Российской Федерации

152. Дополните информацию: «Ежедневная утренняя уборка спальных помещений в казарме и жилых комнатах производится _____» (выберите правильный ответ):

- а) сержантским составом
- б) дежурным составом
- в) очередными уборщиками
- г) молодым пополнением, не принявшим Военную присягу

153. Дополните информацию: «Первый контракт о прохождении военной службы с поступающим на воинскую должность, для которой штатом предусмотрено воинское звание солдата, матроса, сержанта, старшины, заключается _____» (выберите правильный ответ):

- а) на 10 лет
- б) на 5 лет
- в) на 4 года
- г) на 3 года

154. Дополните письменно информацию: «Заявление о замене военной службы по призыву альтернативной гражданской службой рассматривается на заседании призывной комиссии только в _____ человека, подавшего это заявление».

Проверочные и тестовые задания для старшеклассниц

(по учебнику «Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Часть 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»)

Проверочные задания

1. Назовите пять критериев (составляющих) здоровья человека.
2. Приведите формулировку *здоровья*, записанную в Уставе Всемирной организации здравоохранения.
3. Дайте формулировку *здоровья* в обобщённом виде.
4. Назовите, с чем связано благополучие и счастье человека.
5. Дайте формулировку общественного здоровья.
6. Укажите, из чего складывается в конечном итоге общественное здоровье.
7. Приведите формулировку индивидуального здоровья.
8. Приведите формулировку физического здоровья.
9. Назовите факторы, влияющие на здоровье и благополучие (не менее трёх).
10. Назовите группы признаков, характеризующих состояние здоровья человека (не менее трёх).
11. Укажите признаки, определяемые исключительно наследственными факторами (не менее двух).
12. Укажите признаки, определяемые прежде всего наследственным предрасположением (не менее двух).
13. Укажите признаки, определяемые прежде всего действием факторов окружающей среды (экологическим и социальным окружением) (не менее трёх).
14. Укажите синоним слова «репродукция».
15. Укажите, что включает в себя понятие «воспроизводство населения» (не менее трёх составляющих).

16. Перечислите критерии, наиболее полно характеризующие репродуктивное здоровье как основную составляющую здоровья человека и общества (не менее четырёх).
17. Приведите формулировку понятия «семья».
18. Укажите, чем определяется форма образования супружеских пар и характер взаимоотношений супругов.
19. Укажите основные принципы семейного законодательства Российской Федерации (не менее четырёх).
20. Укажите, чему должны соответствовать демографические процессы, происходящие в стране.
21. Укажите среднюю продолжительность жизни населения в Российской Федерации отдельно у мужчин и у женщин.
22. Укажите несколько важных функций жизнедеятельности современной женщины (не менее четырёх).
23. Укажите, на чём основан образ жизни человека — система поведения в процессе жизнедеятельности (не менее четырёх составляющих).
24. Укажите, почему, на ваш взгляд, здоровый образ жизни — наиболее оптимальная система поведения человека в повседневной жизни.
25. Назовите факторы, которые положительно влияют на здоровье человека (не менее четырёх).
26. Назовите факторы, отрицательно влияющие на здоровье (не менее четырёх).
27. Назовите, что относится к внутренним половым (детородным) органам женщины (не менее четырёх названий).
28. Перечислите, из каких трёх слоев состоит стенка влагалища.
29. Перечислите, из каких трёх слоев состоит стенка матки.
30. Укажите, чем обычно заполнена шейка матки.
31. Укажите, где находятся яичники.
32. Укажите, с какого момента девочка может забеременеть и стать матерью.
33. Укажите, какое явление называется овуляцией.

34. Укажите, что означает наступление менструации в связи с подготовкой организма женщины к возможной беременности.
35. Назовите три фазы менструального цикла и укажите их продолжительность.
36. Укажите, какие эмоциональные отклонения могут возникать в состоянии здоровья девушки в предменструальный период (не менее четырёх).
37. Укажите, какие физические нарушения могут возникать в состоянии здоровья девушки в предменструальный период (не менее четырёх).
38. Перечислите основные методы, которые врачи рекомендуют для профилактики предменструальных отклонений (не менее трёх).
39. Укажите, сколько хромосом присутствует в каждой клетке человеческого тела.
40. Укажите основное различие женских и мужских хромосом.
41. Укажите, чем чаще всего обусловлены моногенные болезни.
42. Приведите определение гена.
43. Приведите три примера моногенно наследуемых болезней.
44. Приведите три признака заболевания синдромом Дауна.
45. Приведите примеры мультифакториальных болезней (не менее шести).
46. Назовите основные задачи медико-генетического консультирования как вида медицинской помощи населению, направленной на профилактику наследственных болезней (не менее пяти).
47. Перечислите методы обследования, которыми врач-генетик пользуется для постановки диагноза (не менее трёх).
48. Назовите заболевания, при наличии которых противопоказана беременность для женщин (не менее пяти).
49. Укажите, почему забеременевшей женщине ни в коем случае не стоит пренебрегать своевременной и регулярной медицинской консультацией.

50. Укажите, что необходимо людям для их полноценного и здорового существования (не менее трёх примеров).
51. Приведите два наиболее распространённых примера загрязнения воздуха.
52. Укажите, какие оксиды включают в себя газообразные примеси (не менее трёх примеров).
53. Назовите основные источники загрязнения атмосферы (не менее трёх).
54. Назовите тяжёлые металлы, являющиеся постоянными компонентами воздуха в районе промышленных центров и загрязнение которыми природной среды представляет особую опасность (не менее пяти).
55. Укажите, что представляют собой взвешенные частицы, загрязняющие воздух (не менее трёх примеров).
56. Перечислите основные загрязнители почв (не менее четырёх).
57. Перечислите основные пути попадания пестицидов из почвы в организм человека (не менее четырёх).
58. Перечислите органы и системы человеческого организма, на которые могут оказывать неблагоприятное воздействие соединения ртути (не менее четырёх).
59. Укажите, что является основным источником свинцового загрязнения природной среды. Обоснуйте свой ответ.
60. Укажите, от чего зависит содержание свинца в почвах.
61. Укажите, что представляют собой радиоактивные осадки.
62. Назовите две основные причины смертности населения после атомной бомбардировки Японии в 1945 г. в городах Хиросима и Нагасаки.
63. Назовите два основных загрязнителя вод.
64. Укажите, как называется процесс изменения генов под воздействием окружающей среды.
65. Назовите три группы, на которые подразделяются мутагены.
66. Приведите примеры мутагенов, которые свидетельствуют о постоянном ухудшении экологической обстановки в больших

- городах, что приводит к снижению защитных свойств организма сопротивляться различным заболеваниям (не менее трёх).
67. Назовите витамины, которые признаны наиболее активными антимутагенами (не менее трёх).
68. Укажите, в каких продуктах животного происхождения содержится витамин А (не менее трёх).
69. Укажите, в каких процессах, происходящих в человеческом организме, участвует витамин А (не менее трёх).
70. Назовите растительные масла, богатые витамином Е (не менее трёх).
71. Назовите продукты растительного происхождения, в которых в значительных количествах содержится витамин С (не менее пяти).
72. Укажите, в каких процессах, происходящих в человеческом организме, участвует витамин С (не менее трёх).
73. Укажите дозу чистого спирта на 1 кг веса тела человека, которая является для него смертельной.
74. Назовите последствия легкомысленных случайных половых связей в состоянии опьянения (не менее двух).
75. Перечислите отклонения, с которыми могут родиться дети у женщин, употребляющих алкоголь во время беременности (не менее трёх).
76. Назовите вещества, содержащиеся в табачном дыме, которые оказывают вредное влияние на организм (не менее пяти).
77. Приведите примеры негативного влияния табака на организм человека (не менее шести).
78. Укажите, почему зубы у курильщиков начинают разрушаться раньше, чем у некурящих людей. Ответ обоснуйте.
79. Укажите признаки воздействия ядовитых веществ дыма на организм человека при их растворении в слюне.
80. Укажите, какие лица чаще всего становятся больными наркоманией.
81. Укажите психические отклонения лица, регулярно употребляющего наркотики.

82. Укажите, от чего зависит уровень психологической уравновешенности человека.
83. Назовите стрессовые факторы, которые вызывают защитные реакции организма.
84. Назовите три стадии общего адаптационного синдрома.
85. Перечислите основные признаки стадии мобилизации защитных сил общего адаптационного синдрома (не менее трёх).
86. Приведите названия заболеваний, к которым может привести дистресс (не менее четырёх).
87. Укажите основные симптомы стенокардии и к чему это заболевание может привести при его прогрессировании.
88. Укажите, с чего следует начинать борьбу со стрессом.
89. Приведите общие принципы борьбы со стрессом, направленные на обеспечение психологической уравновешенности, т. е. поддержание стресса на оптимальном уровне (не менее пяти).
90. Укажите, чем определён режим жизнедеятельности школьника и режим работающего человека.
91. Назовите один из основных законов жизни (он же — одна из основ любого труда).
92. Укажите, что является основой высокой работоспособности человека.
93. Назовите три условия достижения высокой работоспособности, а значит, и высокого уровня здоровья, которые сформулировал известный русский физиолог Н. Е. Введенский.
94. Укажите, что обеспечивает эффективное восстановление сил и энергии человека (не менее трёх примеров).
95. Укажите, чему прежде всего способствует сон.
96. Перечислите основные последствия недосыпания (не менее трёх).
97. Перечислите факторы школьной и внешкольной среды, которые, на ваш взгляд, способствуют заболеваемости старшеклассников (не менее пяти).
98. Укажите необходимые, на ваш взгляд, требования к режиму дня с учётом учебной нагрузки.

99. Укажите, на каких уровнях организации живой материи можно наблюдать биологические ритмы (не менее двух).
100. Перечислите факторы окружающей среды, изменяющиеся с четкой периодичностью, результатом приспособления организма к которым являются биологические ритмы (не менее пяти).
101. Назовите шесть основных типов, на которые подразделяются питательные вещества.
102. Перечислите пищевые продукты, наиболее богатые углеводами.
103. Назовите две группы, на которые подразделяются углеводы по сложности их химической структуры.
104. Укажите, какую роль в организме играют крахмал и гликоген.
105. Назовите четыре основных элемента, из которых состоят белки.
106. Укажите, чем является по своему химическому строению каждый белок.
107. Укажите, для каких процессов в организме необходимы минеральные вещества (не менее четырёх ответов).
108. Укажите, на какие два класса подразделяются минеральные вещества.
109. Укажите, какие макроэлементы требуются организму в относительно больших количествах (не менее пяти).
110. Назовите основные микроэлементы (не менее пяти).
111. Назовите главный компонент всех биологических жидкостей.
112. Назовите меру калорийной ценности пищи.
113. Назовите два наиболее калорийных пищевых продукта.
114. Назовите три теории питания, известные вам из учебника.
115. Укажите основные ферменты, которые содержит слюна, и их назначение (не менее трёх).
116. Назовите меры, которые помогают человеку снять усталость после трудового дня (не менее двух).

117. Укажите, что необходимо человеку, чтобы обеспечить гармоничное равновесие между умственными и физическими нагрузками.

118. Укажите, какие способности вырабатывают в себе тренированные люди, постоянно занимающиеся физической культурой (не менее четырёх).

119. Укажите, что характеризуют скоростные качества, необходимые человеку в быту, профессиональной деятельности и спорте (три примера).

120. Укажите основные средства развития скоростных качеств (четыре примера).

121. Укажите, какие показатели характеризуют силовые качества человека.

122. Назовите средства развития силы мышц (не менее двух).

123. Перечислите, что могут включать в себя упражнения с внешним сопротивлением (не менее пяти примеров).

124. Перечислите, что могут включать в себя упражнения с преодолением веса собственного тела (не менее трёх примеров).

125. Назовите две формы проявления выносливости.

126. Назовите два вида выносливости.

127. Укажите, в чём состоит основное различие между специальной и общей выносливостью.

128. Укажите, с помощью каких упражнений нужно развивать гибкость.

129. Укажите, что лежит в основе закаливания.

130. Укажите, что происходит при прекращении закаливающих процедур.

131. Укажите основное отличие закалённых людей от незакалённых.

132. Сформулируйте, для чего необходимо обливание холодной водой.

133. Укажите, что необходимо сделать после обливания холодной водой.

134. Укажите, какие факторы воздействуют на организм при купании в открытых водоёмах.

135. Укажите, какие процессы совершаются в коже человека под влиянием ультрафиолетовых лучей солнца (три примера).
136. Укажите, какую пользу приносят человеку солнечные лучи при их дозированном воздействии (три примера).
137. Перечислите неблагоприятные последствия для организма человека, которые может вызвать неразумное, чрезмерное употребление солнечных ванн (четыре примера).
138. Укажите, какой принцип должен быть положен в основу дозировки солнечных ванн.
139. Укажите, с чем целесообразно сочетать солнечные ванны.
140. Укажите, что рекомендуется сделать после приёма солнечной ванны.
141. Укажите основные признаки, по которым можно судить о правильности принятия солнечных ванн.
142. Укажите самый доступный способ закаливания.
143. Укажите, с какими физическими упражнениями полезно сочетать воздушные ванны (три примера).
144. Укажите, что рекомендуется после приёма воздушной ванны.
145. Укажите, какие благотворные факторы воздействуют на человека при хождении босиком (босохождении).
146. Укажите, с чем может сочетаться босохождение.
147. Перечислите шесть принципов закаливания.
148. Назовите четыре метода, которые используются для изучения санитарного состояния окружающей среды и её влияния на организм человека.
149. Укажите пять самостоятельных разделов, которые включает в себя гигиена.
150. Укажите ряд общих гигиенических правил для людей любого возраста (пять составляющих).
151. Укажите, какие требования относятся к личной гигиене.
152. Укажите основную функцию кожи.
153. Укажите, от чего защищает и предохраняет упругая жировая подстилка кожи.

154. Укажите, от чего предохраняет кожу пигмент меланин.
155. Укажите основное условие нормального состояния кожи.
156. Укажите, что свидетельствует о правильности ухода за кожей лица.
157. Укажите, почему кожу рук необходимо мыть с мылом водой комнатной температуры, а не холодной или горячей.
158. Укажите, чем полезны кремы для кожи ног.
159. Назовите основную функцию зубов.
160. Укажите, что способствует нормальной работе органов пищеварения.
161. Назовите основную причину возникновения кариеса.
162. Укажите, что включает в себя правильная чистка зубов.
163. Укажите, что оказывает влияние на продолжительность жизни, интенсивность роста и свойства волос (не менее четырёх факторов).
164. Перечислите основные требования к гигиене одежды.
165. Перечислите основные гигиенические требования, предъявляемые к обуви.
166. Перечислите основные гигиенические меры во время менструации.
167. Укажите, что полезно использовать при раздражении слизистой оболочки половых органов.
168. Назовите три основных аспекта взаимоотношений в обществе, которые находят отражение в семье.
169. Назовите пять факторов, определяющих взаимоотношения супругов при вступлении в брак.
170. Укажите, чем, на ваш взгляд, характеризуется психологический фактор взаимоотношения супругов (не менее пяти характеристик).
171. Укажите, что определяет физический фактор взаимоотношения супругов.
172. Укажите, почему немаловажное значение имеет увлечение супругов одними видами спорта и их отношение к физической культуре.

173. Укажите, в чём сущность физиологического фактора взаимоотношения супругов.

174. Укажите, чем определяется культурный фактор взаимоотношения супругов.

175. Укажите, чем определяется материальный фактор взаимоотношения супругов.

176. Назовите качества, которые помогают супругам бороться с невзгодами и трудностями.

177. Назовите основную функцию семьи.

178. Назовите три основных качества, необходимые человеку для реализации репродуктивной функции семьи.

179. Перечислите навыки человека по ведению хозяйства.

180. Укажите, что является безусловной основой подготовки подростка к выполнению воспитательной функции семьи.

181. Укажите, почему экономический фактор является частой причиной распада семьи.

182. Укажите, что лежит в основе функции семейного досуга.

183. Укажите наиболее благоприятный отрезок времени для организации совместного отдыха, который способствует поддержанию тёплых и дружественных отношений в семье и её сплочению.

184. Укажите, какими качествами для создания прочной, благополучной семьи должны обладать молодые люди, вступающие в брак.

185. Укажите, что предопределяет материнская любовь у ребёнка и формированию каких качеств она способствует.

186. Перечислите случаи, когда появление ребёнка воспринимается как обуза.

187. Укажите основную форму регламентации отношений между мужчиной и женщиной в современном обществе.

188. Укажите, обязаны ли дети при достижении ими совершеннолетия содержать родителей, лишённых родительских прав.

189. Укажите, что подразумевается законодательством Российской Федерации под ограничением родительских прав без их лишения.

190. Укажите, как называется соглашение о содержании своих несовершеннолетних детей, которое вправе заключить их родители.

191. Укажите сроки длительности второго периода беременности.

192. Укажите, какие процессы происходят с зародышем во время второго периода беременности (общий ответ).

193. Укажите длину и вес плода в конце 24-й недели его внутриутробного развития.

194. Укажите длину и вес плода в конце 40-й недели его внутриутробного развития.

195. Укажите, как определяют начало родов.

196. Укажите, какие три вида отпусков предоставляются женщинам согласно действующему законодательству в связи с беременностью и родами.

197. Укажите, засчитывается ли отпуск по уходу за ребёнком в общий и непрерывный трудовой стаж, а также в стаж работы по специальности.

198. Перечислите, какие меры безопасности женщине необходимо соблюдать в период беременности (не менее пяти примеров).

199. Укажите, в какой период беременности питание должно отличаться от привычного и почему.

200. Перечислите продукты питания, содержащие белки животного происхождения, которыми должна быть богата пища беременной женщины.

201. Перечислите продукты питания, содержащие белки растительного происхождения, которыми должна быть богата пища беременной женщины.

202. Назовите жир животного происхождения, который должен присутствовать в рационе беременной женщины.

203. Перечислите жиры растительного происхождения, присутствие которых желательно в рационе беременной женщины.

204. Перечислите наиболее доступные продукты растительного происхождения, присутствие которых желательно в рационе беременной женщины (всего двенадцать).

205. Перечислите микроэлементы, которые необходимо получать с пищей беременной женщине.
206. Назовите наиболее полезный вид физической активности женщины.
207. Укажите, какие действия желательно совершать перед сном беременной для того, чтобы хорошо заснуть.
208. Перечислите правила личной гигиены, которые следует выполнять в период беременности (требования по уходу за кожей, зубами, волосами, содержание одежды и обуви).
209. Перечислите, что должно входить в аптечку для ухода за новорождённым.
210. Назовите основные предметы обстановки, которые должны быть в комнате, где живёт новорождённый.
211. Назовите два основных требования, которые необходимо учитывать при обустройстве детской кроватки.
212. Укажите основные требования, которым должна отвечать детская коляска.
213. Укажите, почему самым трудным периодом для новорождённого является первая неделя его жизни.
214. Укажите, какие изменения в организме и поведении малыша происходят к концу первого месяца его жизни.
215. Укажите, какие изменения в массе и росте малыша происходят во второй-третий месяц его жизни.
216. Назовите основные рекомендации, которые необходимо соблюдать при прогулке с новорождённым.
217. Перечислите основные рекомендации, которые необходимо соблюдать при купании ребёнка до достижения им шестимесячного возраста.
218. Назовите полноценное, легко усвояемое питание, которое идеально подходит для новорождённого.
219. Перечислите основные преимущества грудного питания.

Тестовые задания

220. Дополните информацию: «Здоровье человека неотделимо от его жизнедеятельности и ценно тем, что составляет не-пременное условие эффективной деятельности, через которую достигается _____ и _____».

221. Дополните информацию: «Достичь благополучия можно только через _____, направленный на расширение духовных, физических и социальных возможностей» (выберите правильный ответ):

- а) покой
- б) материальный достаток
- в) труд
- г) самоанализ

222. Дополните информацию: «Здоровье каждого человека является не только _____ ценностью, но прежде всего _____».

223. Дополните информацию: «Среди физических факторов, воздействующих на здоровье человека, наиболее важными являются _____ и состояние _____».

224. Дополните информацию: «Духовные факторы также являются _____ компонентами _____ и _____».

225. Выберите правильный ответ: «Репродукция биологическая — это воспроизведение организмами себе подобных, то же самое, что и _____»:

- а) генетика
- б) наследственность
- в) размножение
- г) сексуальность

226. Дополните информацию: «Существование любого вида живых существ возможно только через _____».

227. Дополните информацию: «История человечества представляет собой непрерывную смену _____».

228. Дополните информацию: «Единая комплексная система воспроизводства населения, обеспечивающая рождение здорового ребёнка и воспитание здорового поколения, определяет основное содержание понятия „_____“».

229. Дополните информацию: «Репродуктивное здоровье можно определить как основную составляющую _____ человека и общества, характеризующую их _____ создать и реализовать необходимые условия для _____ здорового ребёнка и _____ здорового поколения, способного обеспечить социальную безопасность и _____ общества».

230. Дополните информацию: «Лучшей социальной конструкцией, отвечающей интересам личности и общества и обеспечивающей непрерывную смену поколений, является _____».

231. Дополните информацию: «В современном обществе семья состоит из супругов и их детей и представляет собой _____ союз мужчины и женщины» (выберите правильный ответ):

- а) морально-правовой
- б) материально-досуговый
- в) сексуальный
- г) обоюдно выгодный

232. Дополните информацию: «Семья наиболее полно выполняет _____ функцию — рождение и воспитание детей».

233. Дополните информацию: «В семье решается _____ функция, обеспечивающая гармоничное развитие человека» (выберите правильный ответ):

- а) спортивная
- б) материальная
- в) досуговая
- г) трудовая

234. Дополните информацию: «В семье имеют место также _____ отношения, обеспечивающие удовлетворение половой потребности супругов» (выберите правильный ответ):

- а) гармоничные
- б) сексуальные
- в) естественные
- г) биологические

235. Дополните информацию: «Устойчивая мотивация человека на _____ характеризует уровень его репродуктивного здоровья» (выберите правильный ответ):

- а) создание благополучной семьи
- б) смену сексуальных партнеров
- в) отсрочку вступления в брак
- г) изучение медицинской литературы

236. Дополните информацию: «Лучшие умы России связывали будущее страны с ростом численности её _____» (выберите правильный ответ):

- а) армии
- б) народонаселения
- в) территории
- г) чиновников

237. Укажите численность народонаселения России в 2000 г., которую предсказывал в XIX в. великий русский учёный Д. И. Менделеев, основываясь на демографических показателях начала XIX столетия (выберите правильный ответ):

- а) 594,3 млн человек
- б) 261,7 млн человек
- в) 99,9 млн человек
- г) 148,3 млн человек

238. Дополните информацию: «В условиях экономического кризиса, снижения _____ и высокого уровня общей смертности населения проблемы охраны репродуктивного здоровья населения приобретают особую социальную значимость» (выберите правильный ответ):

- а) темпов производства
- б) курса валюты
- в) роста рождаемости
- г) покупательных способностей

239. Укажите, исходя из данных 2008 г. о населении страны, какое количество женщин в Российской Федерации приходится на 1000 мужчин (выберите правильный ответ):

- а) 1001
- б) 1258
- в) 1133
- г) 888

240. Дополните информацию: «Рост инфекций, передаваемых половым путём, высокий уровень аборт являются причиной _____ в браке» (выберите правильный ответ):

- а) счастья
- б) гармонии
- в) взаимопонимания
- г) бесплодия

241. Дополните информацию: «Национальным _____ стало распространение среди подростков наркомании, алкоголизма, токсикомании, инфекций, передаваемых половым путём, СПИДа, туберкулёза, хронических соматических заболеваний» (выберите правильный ответ):

- а) бедствием
- б) достижением
- в) фактом
- г) рекордом

242. Дополните информацию: «Обучение тому, как обеспечить своё духовное, физическое и социальное _____, поможет поднять _____ здоровья каждого человека и общества в целом, а значит, изменит к лучшему уровень _____ здоровья человека и общества и _____ обстановку в стране».

243. Дополните информацию: «Общество лишится всяких перспектив на будущее, если оно не будет _____, если оно не станет совершенствоваться с каждым новым поколением гармонически развитых людей, здоровых физически и духовно» (выберите правильный ответ):

- а) наказывать преступников
- б) жить изолированно
- в) воспроизводить себя
- г) разоружать армию

244. Дополните информацию: «Материнство играет поистине _____ роль в воспроизводстве человечества, отсутствие или недостаточно полное выполнение которой нельзя компенсировать ничем» (выберите правильный ответ):

- а) незаменимую
- б) основную
- в) второстепенную
- г) дополнительную

245. Дополните информацию: «_____ образ жизни — это индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая ему физическое, духовное, душевное и социальное благополучие в реальной окружающей среде (природной, техногенной и социальной) и активное _____».

246. Дополните информацию: «Здоровый образ жизни — это цельная, логически взаимосвязанная, продуманная и спланированная система поведения человека, которую он соблюдает не по принуждению, а с удовольствием и уверенностью, что она даст положительные результаты в сохранении и укреплении _____».

247. Дополните информацию: «Здоровый образ жизни — это _____ система поведения человека, основанная на глубоких знаниях различных _____, оказывающих влияние на здоровье человека, и выбор _____ поведения, максимально обеспечивающего сохранение и укрепление здоровья, постоянное корректирование своего поведения с учётом приобретённого опыта и возрастных _____».

248. Дополните информацию: «Перестройка своего поведения всегда требует дополнительных усилий, но всё должно совершаться на грани _____».

249. Дополните информацию: «Особенности женской половой системы обусловлены в первую очередь _____ функцией».

250. Дополните информацию: «Организм женщины и её половая система ежемесячно готовятся к наступлению _____».

251. Дополните информацию: «Сложные, ритмически повторяющиеся изменения в женском организме, связанные с размножением, подчиняются _____ циклам, называемым _____».

252. Дополните информацию: «_____ представляет собой мышечно-эластичную трубку длиной 7—9 см, идущую в направлении снизу вверх к матке».

253. Дополните информацию: «Яичники представляют собой женские половые железы, в которых растут и развиваются яйцеклетки, а также вырабатываются женские половые гормоны — _____ и _____».

254. Дополните информацию: «Каждую яйцеклетку окружает тонкая ткань, называемая _____ (пузырьком)».

255. Дополните информацию: «После овуляции остатки фолликула превращаются в _____ тело» (выберите правильный ответ):

- а) жёлтое
- б) бесцветное
- в) белое
- г) красное

256. Дополните информацию: «Прогестерон продолжает стимулировать рост эндометрия — слизистой оболочки матки, и она становится способной принять _____».

257. Дополните информацию: «Яйцеклетка попадает в маточную трубу, где в результате определённых процессов может произойти её _____».

258. Дополните информацию: «Жёлтое тело преобразуется в _____ тело, представляющее собой рубец, а в _____ начинается рост следующего фолликула».

259. Дополните информацию: «При половом размножении происходит слияние мужской и женской половых клеток, в результате чего будущий организм получает _____ информацию от обоих родителей».

260. Дополните информацию: «_____ — структурные элементы ядра клетки, содержащие ДНК, в которой заключена наследственная информация организма».

261. Дополните информацию: «_____ из 46 хромосом называются половыми хромосомами» (выберите правильный ответ):

- а) две
- б) четыре
- в) десять
- г) восемь

262. Дополните информацию: «В каждой _____ половой клетке (сперматозоиде) имеется либо одна X-хромосома, либо одна Y-хромосома».

263. Дополните информацию: «Через 5—9 дней крошечный эмбрион прикрепляется к выстилке матки, т. е. происходит его имплантация. В этот момент эмбрион называют _____».

264. Дополните информацию: «По мере вставания бластоцисты в ткани матки она формирует сложную структуру, именуемую _____ или последом».

265. Дополните информацию: «Через плаценту питательные вещества переходят из крови матери в кровеносную систему плода, поступая непосредственно в плод по сосудам _____».

266. Дополните информацию: «Наследственные болезни передаются потомству от родителей и обусловлены изменением наследственной информации: _____ аномалиями или _____ мутациями».

267. Дополните информацию: «_____ — изменение генетической информации на уровне гена, хромосомы или генома (совокупности генов)».

268. Дополните информацию: «Ген является единицей _____ или _____ информации».

269. Дополните информацию: «Моногенные болезни передаются по наследству с вероятностью, ожидаемой по законам, описанным Г. Менделем, их ещё называют „_____ заболевания“».

270. Дополните информацию: «Вероятность рождения больного ребёнка составляет 25% для аутосомно-рецессивных болезней и _____ для аутосомно-доминантных и сцепленных с полом болезней» (выберите правильный ответ):

- а) 40%
- б) 35%
- в) 70%
- г) 50%

271. Дополните информацию: «Хромосомные болезни обусловлены изменением _____ или структуры хромосом (хромосомными мутациями)».

272. Дополните информацию: «У недоношенных детей хромосомные болезни _____» (выберите правильный ответ):

- а) практически не встречаются
- б) встречаются примерно в 10 раз чаще, чем у родившихся в срок

- в) изредка регистрируются
- г) не зарегистрированы

273. Дополните информацию: «Наиболее часто хромосомные болезни связаны с появлением _____ хромосомы в одной из пар хромосом».

274. Дополните информацию: «Так, например, болезнь (синдром) Дауна обусловлена появлением _____ хромосомы в 21-й паре хромосом».

275. Дополните информацию: «_____ болезни обусловлены взаимодействием нескольких генов и факторов окружающей среды».

276. Дополните информацию: «Наследственная болезнь может развиться у ребёнка, рождённого практически здоровыми родителями, если оба они являются скрытыми носителями одного и того же _____ дефекта».

277. Дополните информацию: «Эффективность медико-генетического консультирования во многом зависит от правильно поставленного _____ и знания причин возникновения заболевания».

278. Дополните информацию: «Кроме наследственных факторов, на здоровье будущего ребёнка оказывает определённое влияние и состояние _____ здоровья родителей, особенно матери».

279. Дополните информацию: «Любые болезни матери влияют на _____ развитие ребёнка».

280. Дополните информацию: «_____ матери и плода может привести к очень тяжёлым последствиям для ребёнка».

281. Дополните информацию: «_____ — это врождённое групповое свойство эритроцитов человека, обусловленное наличием в них антигенов одной из многих групп крови, так называемый „резус“ (*Rh*)».

282. Дополните информацию: «_____ — чужеродные для организма высокомолекулярные вещества органического происхождения, способные вызвать образование специфических белков — антител и взаимодействовать с ними».

283. Дополните информацию: «Резус-фактор находится в эритроцитах примерно у 85% людей, кровь которых называют резус-_____ (*Rh*⁺)».

284. Дополните информацию: «Кровь остальных людей не содержит резус-фактора и называется резус-_____ (Rh^-)».

285. Дополните информацию: «У женщины с резус-отрицательной кровью, у которой не было аборт и переливаний резус-положительной крови, первая беременность с вероятностью _____ завершится рождением здорового ребёнка» (выберите правильный ответ):

- а) 20%
- б) 45%
- в) 15%
- г) 95%

286. Дополните информацию: «Молодым супругам необходимо помнить, что если у супруги кровь резус-_____, то нельзя прерывать первую беременность».

287. Дополните информацию: «Большое значение для сохранения здоровья женщины и будущего ребёнка имеет своевременная постановка на учёт в _____».

288. Дополните информацию: «Если очередная менструация задержалась, нужно сразу, не позднее _____ с начала последней менструации, обратиться к врачу».

289. Дополните информацию: «При наличии в семье случаев наследственных заболеваний, если обратиться в _____ на раннем сроке беременности, акушер-гинеколог может направить вас в медико-генетическую консультацию для проведения обследования».

290. Дополните информацию: «Уровень жизни населения зависит в первую очередь от состояния _____ среды».

291. Дополните информацию: «Вода может содержать патогенные микроорганизмы или _____ соединения, которые попадут вместе с ней в желудочно-кишечный тракт».

292. Дополните информацию: «Человек издавна рассматривал окружающую природную среду в основном как источник _____».

293. Дополните информацию: «Свыше 250 тыс. тонн свинца ежегодно в мире выбрасывается в воздух с выхлопными газами _____».

294. Дополните информацию: «Широко используемый в строительстве асбест (его легко вдыхаемые волокна) задерживается в лёгких и вызывает хроническое раздражение лёгочной

ткани, которое может привести к заболеванию _____» (выберите правильный ответ):

- а) дифтерией
- б) гриппом
- в) раком
- г) ангиной

295. Дополните информацию: «_____ образуется при сгорании нефти, дизельного топлива, древесины и других горючих материалов» (выберите правильный ответ):

- а) сажа
- б) уголь
- в) пыль
- г) зола

296. Дополните информацию: «_____ — химические препараты для борьбы с сорняками, вредителями, болезнями культурных растений».

297. Дополните информацию: «К наиболее опасным _____ почв относятся ртуть, свинец и их соединения».

298. Дополните информацию: «Существенное влияние на загрязнение окружающей среды оказывают выбросы _____ электростанций и захоронение _____ отходов от их деятельности, а также радиоактивные _____, выпадающие после ядерных взрывов в атмосфере».

299. Дополните информацию: «Отработанные графитовые стержни ядерного топлива высокорadioактивны, и период полураспада некоторых радионуклидов в них достигает тысячи _____» (выберите правильный ответ):

- а) дней
- б) секунд
- в) месяцев
- г) лет

300. Дополните информацию: «_____ — это промежуток времени, в течение которого число радиоактивных атомов данного вещества уменьшается вдвое».

301. Дополните информацию: «Деградация окружающей природной среды прежде всего сказывается на здоровье человека и состоянии _____ фонда общества».

302. Дополните информацию: «Вещества и факторы, изменяющие нормальную структуру генов, носят название _____».

303. Дополните информацию: «Вещества, которые способны остановить вредное действие мутагенов, называются _____».

304. Дополните информацию: «Все витамины усваиваются наиболее полно, если их употреблять в _____».

305. Дополните информацию: «_____, или спирт, является наркотическим ядом, он действует прежде всего на клетки головного мозга, парализуя их».

306. Дополните информацию: «_____ — внутриклеточный яд, оказывающий разрушительное действие на все системы и органы человека».

307. Дополните информацию: «При длительном употреблении алкоголя развиваются хронический _____ и _____ печени».

308. Дополните информацию: «_____ (никотинизм) — вредная привычка, заключающаяся во вдыхании дыма тлеющего табака».

309. Дополните информацию: «Активным началом табачного дыма является _____, который практически мгновенно попадает в кровоток через альвеолы лёгких».

310. Дополните информацию: «Канцерогенные вещества — химические вещества, воздействие которых на организм может вызвать _____» (выберите правильный ответ):

- а) рак
- б) туберкулёз
- в) ангину
- г) катар

311. Дополните информацию: «Нарушение зубной эмали способствует отложению на поверхности зубов _____, отчего зубы приобретают желтоватый цвет, а полость рта издаёт специфический запах».

312. Дополните информацию: «Синильная кислота хронически отравляет _____».

313. Дополните информацию: «_____, содержащийся в табачном дыме, раздражает слизистые оболочки, снижает сопротивляемость лёгких к различным инфекционным заболеваниям, в частности к туберкулёзу».

314. Дополните информацию: «Смерть может наступить, если подросток сразу выкурит _____» (выберите правильный ответ):

- а) пять сигарет
- б) две пачки сигарет
- в) полпачки сигарет
- г) одну сигарету

315. Установите соответствие между периодичностью смертного случая на миллион человек и его причиной (ответ представьте в виде буквы с цифрой, например ... 4г).

- 1) каждые 2—3 дня
 - 2) 1 раз в 4—5 дней
 - 3) каждые 2—3 ч
 - 4) 1 раз в 50 лет
- а) автокатастрофа
 - б) авиакатастрофа
 - в) употребление алкоголя
 - г) курение

316. Дополните информацию: «_____ — вдыхание задымленного табачного воздуха вызывает те же болезни, которыми страдают курильщики».

317. Дополните информацию: «Для людей, работающих в сильно накуранных помещениях, степень пассивного курения может достигать эквивалента _____ сигарет в день» (выберите правильный ответ):

- а) 2
- б) 5
- в) 0
- г) 14

318. Дополните информацию: «При выкуривании 10—20 сигарет в день во время беременности может произойти разрыв плаценты и начаться _____».

319. Дополните информацию: «_____ — тяжёлое заболевание, вызываемое злоупотреблением наркотиков, и приобретённое патологическое пристрастие к ним».

320. Дополните информацию: «При _____ наркомании прекращение приема наркотиков выражается в появлении беспокойства, озноба, мучительных, выламывающих болей в руках, ногах, спине, бессонницы, поноса, также в отсутствии аппетита».

321. Дополните информацию: «Для эфедриновой наркомании характерны длительная _____ и _____».

322. Дополните информацию: «При _____, помимо неприятных телесных ощущений, также падает настроение, появляются раздражительность, нарушение сна».

323. Дополните информацию: «Если регулярно употребляющая наркотик женщина забеременеет, то её ребенок может родиться _____ или с врождёнными пороками».

324. Дополните информацию: «Ранние половые связи всегда отрицательно влияют на здоровье человека, и в первую очередь на _____ здоровье».

325. Дополните информацию: «По наблюдениям врачей, здоровые дети рождаются от женщин в возрасте _____ лет и от мужчин в возрасте _____ лет».

326. Дополните информацию: «На территории бывшего СССР ВИЧ-инфекция регистрируется с _____» (выберите правильный ответ):

- а) 1985 г.
- б) 1960 г.
- в) 2000 г.
- г) 1991 г.

327. Установите соответствие между способом передачи ВИЧ-инфекции и процентной вероятностью каждого из них (ответ представьте в виде буквы с цифрой, например ... 3г).

- 1) использование общей иглы в среде наркоманов
 - 2) половой
 - 3) переливание крови
 - 4) случайные уколы иглой и другие редкие способы заражения
 - 5) перинатальный (внутриутробный)
- а) 5—10% всех случаев заболеваний
 - б) 3—5%
 - в) 70—75%
 - г) 5—10%
 - д) менее 0,01%

328. Дополните информацию: «Риск передачи вируса при переливании заражённой крови составляет _____» (выберите правильный ответ):

- а) 0%
- б) 5—10%
- в) 15—20%
- г) 80—100%

329. Назовите наиболее вероятный путь заражения ВИЧ-инфекцией (выберите правильный ответ):

- а) передача вируса в стоматологической практике
- б) передача вируса при внутривенной инъекции, выполняемой нестерильным шприцем
- в) передача вируса при косметических процедурах
- г) передача вируса в парикмахерских

330. Установите соответствие между стадиями ВИЧ-инфекции и её основными симптомами (ответ представьте в виде буквы с цифрой, например ... 3д):

- 1) инкубационный период
 - 2) острая стадия
 - 3) латентный, или скрытый, период
 - 4) лимфоаденопатия
 - 5) собственно СПИД
 - 6) ассоциируемый со СПИДом симптомокомплекс
- а) заключительная стадия заболевания — проявляется в виде ангины, диареи, воспаления лёгких и других длительных и не поддающихся лечению инфекций
 - б) прекращение или временное отсутствие выраженных клинических проявлений
 - в) продолжительность от нескольких месяцев до 10 лет
 - г) состояние, сопровождающееся лихорадкой неясной этиологии, общей слабостью, повышенной утомляемостью, повышенной потливостью в ночное время, головной болью, кашлем, диареей, потерей массы тела, поражением оболочек головного мозга, увеличением печени и селезёнки
 - д) недомогание, сонливость, повышенная утомляемость, потеря аппетита, боли в животе, периодически возникающие лихорадки, зуд кожных покровов
 - е) увеличение лимфатических узлов по всему телу различной степени выраженности

331. Дополните информацию: «Состояние напряжения, возникающее у человека под влиянием сильных воздействий, получило название _____».

332. Дополните информацию: «Совокупность защитных реакций организма называют общим адаптационным _____, представляющим собой ответ на любой _____».

333. Дополните информацию: «В ответ на действие стрессора в организме возникает _____» (выберите правильный ответ):

- а) боль
- б) спокойствие
- в) тревога
- г) уныние

334. Дополните информацию: «Если уровень стресса слишком долго остаётся очень высоким, то наступает стадия _____, при которой способность организма сопротивляться стрессорам уменьшается» (выберите правильный ответ):

- а) резистентности
- б) мобилизации
- в) спокойствия
- г) истощения

335. Дополните информацию: «Не столько события сами по себе определяют, подвержены мы стрессу или нет, сколько наша _____ на эти события».

336. Дополните информацию: «_____ — это двойной стресс, оказывающий вредное воздействие на организм и снижающий его адаптивные возможности».

337. Дополните информацию: «_____ — это такое душевное состояние человека, которое обеспечивает ему хорошее настроение, высокую работоспособность и адекватное реагирование на действие различных стрессоров».

338. Дополните информацию: «Режим — это установленный распорядок жизни человека, включающий в себя _____» (выберите среди нижеприведённых четыре правильных ответа):

- а) труд
- б) питание
- в) конфликтные ситуации
- г) отдых
- д) курение
- е) сон
- ж) прогулы

339. Дополните информацию: «Главной составляющей режима жизнедеятельности человека является его _____, который представляет целесообразную деятельность, направленную на создание материальных и духовных ценностей» (выберите правильный ответ):

- а) сон
- б) труд
- в) тонус
- г) покой

340. Дополните информацию: «Работающий человек живёт в определённом _____: он должен в одно и то же время вставать, выполнять свои обязанности, питаться, отдыхать и спать».

341. Дополните информацию: «Рациональное сочетание элементов режима жизнедеятельности обеспечивает более продуктивную работу человека и высокий уровень его _____».

342. Дополните информацию: «Неравномерность нагрузки: спешка в одни периоды и бездеятельность в другие — одинаково _____» (выберите правильный ответ):

- а) вредна
- б) полезна
- в) несущественна
- г) самодостаточна

343. Дополните информацию: «_____ — это состояние покоя или активной деятельности, ведущее к восстановлению сил и работоспособности».

344. Дополните информацию: «Правильный режим _____ — это важнейшее условие сохранения здоровья человека, его работоспособности и долголетия».

345. Дополните информацию: «Известно, что работоспособность человека и его поведение во многом зависят от характера и интенсивности биологических процессов и явлений в его организме, т. е. от биологических _____».

346. Дополните информацию: «Самая низкая температура тела у человека бывает _____» (выберите правильный ответ):

- а) ночью
- б) утром
- в) в полдень
- г) вечером

347. Дополните информацию: «Биоритмы являются основой рациональной регламентации всего жизненного распорядка человека, так как высокая работоспособность и хорошее самочувствие могут быть достигнуты только в том случае, если соблюдается более или менее постоянный _____ дня».

348. Дополните информацию: «Решающее значение в индивидуальной системе здорового образа жизни имеет _____ своего состояния».

349. К субъективным показателям самоконтроля относят (выберите правильные ответы):

- а) самочувствие
- б) работоспособность
- в) сон
- г) аппетит
- д) показания частоты сердечных сокращений
- е) общие ощущения

350. Дополните информацию: «Увеличение частоты сердечных сокращений в покое по сравнению с нормой свидетельствует о появлении _____».

351. Дополните информацию: «_____ называют органические соединения, состоящие из углерода, водорода и кислорода».

352. Выберите правильный ответ: «Основной единицей всех углеводов является сахар, называемый _____»:

- а) крахмалом
- б) фруктозой
- в) глюкозой
- г) гликогеном

353. Дополните информацию: «Тысячи остатков молекул одинаковых сахаров, соединяясь между собой, образуют _____ — сложные углеводы».

354. Выберите правильный ответ: «_____ — это главные из веществ, с помощью которых организм запасает энергию»:

- а) белки
- б) жиры
- в) витамины
- г) углеводы

355. Дополните информацию: «_____ — это органические химические соединения, необходимые организму для нормального роста, развития и обмена веществ».

356. Дополните информацию: «_____ не относятся ни к углеводам, ни к белкам, ни к жирам».

357. Выберите правильный ответ: «_____ не обеспечивают организм энергией, а входят в состав белков-ферментов, биологических катализаторов процессов обмена веществ в клетках и тканях»:

- а) углеводы
- б) витамины
- в) жиры
- г) аминокислоты

358. Выберите правильный ответ: «Минеральные вещества — неорганические соединения, на долю которых приходится около _____ массы тела»:

- а) 5%
- б) 10%
- в) 25%
- г) 90%

359. Выберите правильный ответ: «Вода — это один из наиболее важных компонентов организма, составляющий _____ его массы»:

- а) 1/3
- б) 3/4
- в) 1/2
- г) 2/3

360. Выберите правильный ответ: «Вода служит _____ питательных веществ и шлаков»:

- а) растворителем
- б) катализатором
- в) наполнителем
- г) регулятором

361. Выберите правильный ответ: «По данным многих исследований, считается, что _____ в день можно есть основательно, а два раза следует слегка перекусить»:

- а) два раза
- б) ни одного раза
- в) один раз
- г) три раза

362. Выберите правильный ответ: «Самое благоприятное время для занятий физической культурой — _____, когда ещё нет больших жизненных проблем и для воспитания в себе необходимых физических качеств практически отсутствуют объективные препятствия»:

- а) молодые годы
- б) пенсионный возраст
- в) средний возраст
- г) младенческий возраст

363. Дополните информацию: «Аптечка индивидуальная АИ-2 предназначена для оказания само- и взаимопомощи в целях предотвращения тяжёлых последствий воздействия поражающих факторов современных средств _____, а также предупреждения и ослабления _____ заболеваний».

364. Выберите правильный ответ: «Всего у человека _____ мышц, и этот мощный двигательный аппарат требует постоянной тренировки и упражнений»:

- а) 1000
- б) 600
- в) 50
- г) 30

365. Дополните информацию: «Мышечные движения создают громадный поток _____ импульсов, направляющихся в мозг, поддерживают нормальный тонус нервных центров, заряжая их энергией, снимают эмоциональную перегрузку».

366. Дополните информацию: «_____ придаёт человеку уверенность в себе, бодрость и улучшает внешний облик» (выберите правильный ответ):

- а) тренированность
- б) наркотики
- в) алкоголь
- г) сигарета

367. Дополните информацию: «_____ определяется как способность поддерживать заданную, необходимую для обеспечения жизнедеятельности нагрузку и противостоять утомлению, возникающему в процессе выполнения работы» (выберите правильный ответ):

- а) выносливость
- б) компенсация
- в) гибкость
- г) координация

368. Дополните информацию: «Наивысшие спортивные результаты достигаются в пору полной физиологической зрелости (возраст _____ лет)» (выберите правильный ответ):

- а) от 15 до 18
- б) от 25 до 30
- в) от 30 до 35
- г) от 18 до 25

369. Дополните информацию: «_____ рассматривается как свойство опорно-двигательного аппарата человека, определяющее пределы движения звеньев тела» (выберите правильный ответ):

- а) работоспособность
- б) выносливость
- в) гибкость
- г) тренированность

370. Дополните информацию: «_____ — это повышение устойчивости организма к неблагоприятному воздействию ряда факторов окружающей среды (например, низкой или высокой температуры) путём систематического воздействия на организм этих факторов».

371. Дополните информацию: «Начинать закаляться можно в любое время года, но лучше — _____» (выберите правильный ответ):

- а) осенью
- б) летом
- в) зимой
- г) весной

372. Дополните информацию: «Преимущество купания в открытых водоёмах заключается ещё и в том, что оно предполагает овладение жизненно важным умением — _____».

373. Дополните информацию: «Наиболее эффективной водной процедурой является купание в ледяной воде (_____)».

374. Дополните информацию: «При погружении человека в холодную воду происходит резкий отток тепла из его тела за счёт контактной _____».

375. Дополните информацию: «Самым доступным способом закаливания являются _____».

376. Дополните информацию: «Воздух, действуя непосредственно на наше тело, кожу, приводит к ряду биохимических изменений в клетках тканей, раздражая кожные рецепторы _____ системы».

377. Дополните информацию: «_____ — это область медицины, изучающая влияние условий жизни и труда на здоровье человека и разрабатывающая меры профилактики различных заболеваний, обеспечения оптимальных условий существования, сохранения здоровья и продления жизни».

378. Дополните информацию: «_____ — совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья человека».

379. Дополните информацию: «_____ — внешний покров тела человека».

380. Дополните информацию: «Площадь поверхности кожи взрослого человека составляет _____» (выберите правильный ответ):

- а) 2—2,5 м²
- б) 3—3,5 м²
- в) 2—3,5 м²
- г) 1,5—2 м²

381. Дополните информацию: «_____ слой кожи защищает более глубокие слои кожи от высыхания; кроме того, он устойчив к различным химическим веществам».

382. Дополните информацию: «Примерно _____ всей теплоотдачи организма осуществляется через кожу» (выберите правильный ответ):

- а) 95%
- б) 80%
- в) 70%
- г) 50%

383. Дополните информацию: «Сохранение кожи в здоровом состоянии требует постоянной заботы о её _____».

384. Дополните информацию: «После умывания или приёма водных процедур на кожу лица можно нанести питательный _____».

385. Дополните информацию: «Кожу половых органов и промежности следует мыть _____» (выберите правильный ответ):

- а) ежедневно
- б) по необходимости
- в) еженедельно
- г) ежемесячно

386. Дополните информацию: «Наиболее распространённым заболеванием зубов является _____».

387. Дополните информацию: «Для профилактики заболевания зубов рекомендуется не менее двух раз в _____ обращаться к зубному врачу» (выберите правильный ответ):

- а) неделю
- б) месяц
- в) квартал
- г) год

388. Дополните информацию: «_____ — это роговые нитевидные производные кожи, образующие волосной покров. Они защищают тело (голову) от механических повреждений и потери _____».

389. Дополните информацию: «История человечества и всех составляющих (и составлявших) его народов представляет непрерывную смену _____».

390. Дополните информацию: «Прекращение смены _____ людей в рамках их любой общности означает наступление конца её истории».

391. Дополните информацию: «_____ — это малая социальная группа, основанная на браке мужчины и женщины».

392. Дополните информацию: «_____ — это союз мужчины и женщины, порождающий их права и обязанности по отношению друг к другу и к детям».

393. Дополните информацию: «В Российской Федерации в соответствии с Семейным кодексом Российской Федерации 1995 г. признаётся только брак, заключённый _____» (выберите правильный ответ):

- а) по религиозным обрядам
- б) в органах записи актов гражданского состояния (ЗАГС)
- в) по устному согласию сторон
- г) морганатическим образом

394. Дополните информацию: «_____ фактор является основой формирования благополучного психологического семейного климата» (выберите правильный ответ):

- а) физический
- б) материальный
- в) культурный
- г) психологический

395. Дополните информацию: «Значительная часть разводов (до _____) приходится на долю семей со стажем совместной жизни не более четырёх лет» (выберите правильный ответ):

- а) 40%
- б) 80%
- в) 50%
- г) 30%

396. Дополните информацию: «Исследованиями психологов и социологов доказано, что _____ в семейной жизни зависит не только от глубины первого чувства, но и от способности сохранить его в течение всей жизни, с проявлением друг к другу тактичности, заботливости, доброты, внимательности, ответственности и отзывчивости».

397. Дополните информацию: «В. А. Сухомлинский утверждал, что высшая педагогическая мудрость — это умение видеть в маленьких детях завтрашних _____ и _____».

398. Дополните информацию: «_____ функция семьи решает задачу передачи своим детям нравственных ценностей и норм, трудовых навыков, приобщения их к окружающему миру, жизни в обществе, общению с другими людьми».

399. Дополните информацию: «Основой экономической жизни семьи является её _____».

400. Дополните информацию: «Чтобы соотнести расходы с доходами и наиболее полно удовлетворять разумные потребности всех членов семьи, бюджет надо уметь _____».

401. Дополните информацию: «Пассивный отдых необходимо и даже очень полезно для здоровья перемежать с _____ действиями».

402. Дополните информацию: «Интересным для ребёнка может оказаться не только поход в театр, но и _____ мероприятие, в котором участвуют все члены семьи».

403. Дополните информацию: «_____ отдых всей семьёй, каждый день — один из принципов здорового образа жизни».

404. Дополните информацию: «Уровень репродуктивного здоровья характеризуется не только способностью родить здорового ребёнка, но и воспитать из него достойного _____ своей страны».

405. Дополните информацию: «_____ и _____ матери, которыми она окружает ребёнка в первые дни его жизни, создают наиболее благоприятные условия для его развития».

406. Дополните информацию: «Известно, что вхождение человека в общество идёт через _____» (выберите правильный ответ):

- а) двор
- б) семью
- в) друзей
- г) школу

407. Дополните информацию: «Если ребёнок в семье был лишён материнской любви и ласки, то происходит его отчуждение от матери, чем закладываются в дальнейшем предпосылки отчуждения человека от _____».

408. Дополните информацию: «Впервые законодательные основы семейно-брачных отношений были закреплены в _____, которое выделило институт семьи и брака, личных и имущественных отношений супругов, родителей и детей, усыновление, опеку и попечительство» (выберите правильный ответ):

- а) кодексе Наполеона I
- б) древнеегипетском законодательстве
- в) законах Хаммурапи
- г) римском праве

409. Дополните информацию: «В России существенное воздействие на развитие семейного права оказало принятие _____, установившего таинство брака и рассматривающего семью как основу развития общества».

410. Дополните информацию: «Религиозные морально-правовые нормы основывались на том, что мужчины и женщины в семье и обществе выполняют разные роли: _____ является кормильцем семьи, а _____ ведёт домашнее хозяйство».

411. Дополните информацию: «Брак — это не только сексуальный, но и _____ союз».

412. Дополните информацию: «В дореволюционной России и длительное время после 1917 г. семейные отношения регулировались гражданским законодательством, и только с принятием Кодекса о браке и семье РСФСР, введённого в действие с 1 ноября _____, семейное право было выделено в самостоятельную отрасль» (выберите правильный ответ):

- а) 1969 г.
- б) 1972 г.
- в) 1945 г.
- г) 1922 г.

413. Дополните информацию: «Семья, материнство, отцовство и детство в Российской Федерации находятся под защитой _____».

414. Укажите, какой брак признаётся Семейным кодексом Российской Федерации (выберите правильный ответ):

- а) заключённый с согласия родителей новобрачных
- б) заключённый религиозным учреждением
- в) заключённый в органах ЗАГСа
- г) заключённый по устной договорённости

415. Дополните информацию: «Заключение брака производится в личном присутствии лиц, вступающих в брак, по истечении _____ со дня подачи ими заявления в ЗАГС» (выберите правильный ответ):

- а) недели
- б) месяца
- в) года
- г) квартала

416. Дополните информацию: «Снижение брачного возраста допускается не более чем на _____ и производится постановлением главы администрации по месту регистрации брака по просьбе лиц, вступающих в брак, с согласия законных

представителей — родителей, усыновителей или попечителей» (выберите правильный ответ):

- а) два года
- б) два месяца
- в) шесть лет
- г) две недели

417. Дополните информацию: «Законным режимом имущества супругов является режим их совместной _____».

418. Дополните информацию: «_____ признается соглашение лиц, вступающих в брак, или соглашение супругов, определяющее имущественные права и обязанности супругов в браке и (или) в случае его расторжения».

419. Дополните информацию: «Брачный договор может быть изменён или расторгнут _____ по соглашению супругов» (выберите правильный ответ):

- а) по истечении года
- б) в любое время
- в) через пять лет
- г) через двадцать лет

420. Дополните информацию: «Расторжение брака производится только в суде или _____».

421. Дополните информацию: «Гражданин может быть по заявлению заинтересованных лиц признан судом безвестно отсутствующим, если _____ в месте его жительства нет сведений о месте его пребывания» (выберите правильный ответ):

- а) в течение месяца
- б) в течение трёх лет
- в) в течение шести месяцев
- г) в течение года

422. Дополните информацию: «При наличии _____ на расторжение брака супругов, имеющих общих несовершеннолетних детей, суд расторгает брак без выяснения мотивов развода».

423. Дополните информацию: «Родители имеют _____ и несут равные обязанности в отношении своих детей».

424. Дополните информацию: «Родители _____ содержать своих несовершеннолетних детей» (выберите правильный ответ):

- а) не обязаны
- б) могут
- в) обязаны
- г) должны

425. Дополните информацию: «В случае, если родители не предоставляют содержание своим несовершеннолетним детям, средства на их содержание (алименты) взыскиваются с родителей в _____ порядке».

426. Дополните информацию: «До достижения несовершеннолетними родителями возраста 16 лет их ребенку может быть назначен _____, который будет осуществлять его воспитание совместно с несовершеннолетними родителями».

427. Дополните информацию: «Семейный кодекс Российской Федерации устанавливает обязанность учёта мнения ребёнка, достигшего _____, за исключением случаев, когда это противоречит его интересам» (выберите правильный ответ):

- а) 10 лет
- б) 8 лет
- в) 12 лет
- г) 15 лет

428. Дополните информацию: «В случае нарушения прав и законных интересов ребёнка он вправе самостоятельно обращаться за их защитой в орган опеки и попечительства, а по достижении _____ возраста — в суд» (выберите правильный ответ):

- а) 12-летнего
- б) 10-летнего
- в) 16-летнего
- г) 14-летнего

429. Дополните информацию: «Лишение _____ — это вид семейно-правовой ответственности, состоящей в утрате родителями своих прав в отношении ребёнка по решению суда за неправомерное поведение».

430. Дополните информацию: «При рассмотрении дела о лишении родительских прав суд решает вопрос о взыскании _____ на ребёнка с родителей, лишённых таких прав».

431. Дополните информацию: «Права ребёнка по отношению к родителям сохраняются в полном _____».

432. Дополните информацию: «_____ — состояние женщины, в матке которой развивается будущий ребенок».

433. Дополните информацию: «Зачатие обычно происходит во время овуляции (_____ менструального цикла)» (выберите правильный ответ):

- а) в конце
- б) в начале
- в) в середине

434. Дополните информацию: «С момента оплодотворения яйцеклетки начинается первый период беременности, который длится _____» (выберите правильный ответ):

- а) 15 суток
- б) 5 суток
- в) 30 суток
- г) 25 суток

435. Дополните информацию: «Через 30 ч после оплодотворения происходит первое деление _____».

436. Дополните информацию: «К четвёртым суткам _____ достигает матки и через 5—9 дней прикрепляется к ней, происходит _____».

437. Дополните информацию: «К концу _____ задняя часть эмбриона утолщается — в ней начинают закладываться осевые органы» (выберите правильный ответ):

- а) 2-й недели
- б) 1-й недели
- в) 4-й недели
- г) 3-й недели

438. Дополните информацию: «На 5-й неделе внутриутробного развития длина зародыша составляет _____» (выберите правильный ответ):

- а) 5 мм
- б) 7,5 мм
- в) 9 мм
- г) 11,5 мм

439. Установите соответствие между формированием органов и тканей зародыша внутриутробным развитием и порядковым номером недели его внутриутробного развития (ответ представьте в виде буквы с цифрой, например ... 1а):

- 1) 12-я неделя
 - 2) 8-я неделя
 - 3) 7-я неделя
 - 4) 5-я неделя
- а) длина эмбриона составляет 7,5 мм
 - б) у эмбриона отчётливо видны голова, туловище, зачатки конечностей, глаз, носа и рта
 - в) формируется кроветворение, происходит становление групп систем свёртывания крови
 - г) закладываются пальцы рук и ног

440. Дополните информацию: «С _____ начинается третий период внутриутробного развития ребёнка» (выберите правильный ответ):

- а) 24-й недели
- б) 19-й недели
- в) 13-й недели
- г) 18-й недели

441. Дополните информацию: «К _____ плод вполне готов к существованию вне материнского организма» (выберите правильный ответ):

- а) 40-й неделе
- б) 35-й неделе
- в) 30-й неделе
- г) 33-й неделе

442. Дополните информацию: «Когда маточные сокращения становятся _____ и _____, роды начались».

443. Дополните информацию: «Во время отпуска по уходу за ребёнком за женщиной сохраняется _____ и _____».

444. Дополните информацию: «Комбинированное действие нескольких видов неионизирующих излучений может вредить здоровью беременных, например при длительной работе за _____».

445. Дополните информацию: «Рацион женщины должен меняться в зависимости от сроков _____».

446. Дополните информацию: «Во второй период беременности целесообразно заменить сахар _____» (выберите правильный ответ):

- а) сгущённой
- б) шоколадом
- в) мёдом
- г) вареньем

447. Дополните информацию: «Чтобы получать достаточно витаминов, беременной женщине в пищу надо употреблять больше _____ и _____».

448. Установите соответствие между пищевым продуктом и наличием в нём микроэлемента, необходимого человеческому организму (ответ представьте в виде буквы с цифрой, например ... 8агд или 7в):

- 1) мясо
- 2) яйцо (куриное)
- 3) сыр

- 4) творог
- 5) молоко
- 6) кефир
- 7) фасоль
- 8) крупа овсяная «Геркулес»
- 9) крупа гречневая
- 10) хлеб
- 11) хурма
- 12) лук зелёный
- 13) петрушка
- 14) картофель
- 15) укроп
- 16) свёкла
- 17) урюк
- 18) курага
- а) кальций
- б) фосфор
- в) магний
- г) калий
- д) железо

449. Дополните информацию: «Питание должно быть рациональным, так как недостаток и _____ в питании одинаково вредны».

450. Дополните информацию: «Специалисты считают, что женщина в период беременности должна спать не менее _____ в сутки» (выберите правильный ответ):

- а) 9—10 ч
- б) 6—8 ч
- в) 12—14 ч
- г) 16—18 ч

451. Дополните информацию: «О здоровье ребёнка следует позаботиться с момента его _____».

452. Дополните информацию: «Обстановка в комнате, предназначенной для ребёнка, должна быть удобной для поддержания в ней постоянной _____».

453. Дополните информацию: «Если ребёнок родился через _____ беременности, то он считается доношенным» (выберите правильный ответ):

- а) 33 недели
- б) 38 недель
- в) 26 недель
- г) 30 недель

454. Дополните информацию: «Длина новорождённого в среднем составляет _____» (выберите правильный ответ):

- а) 45—54 см
- б) 40—44 см
- в) 35—40 см
- г) 30—35 см

455. Дополните информацию: «К концу первого месяца жизни новорождённый в среднем может вырасти на _____» (выберите правильный ответ):

- а) 9 см
- б) 7 см
- в) 5 см
- г) 3 см

456. Дополните информацию: «Начало психической жизни ребёнка свидетельствует о начале его _____ развития».

457. Дополните информацию: «В первые полгода жизни ведущей деятельностью ребёнка является _____».

458. Дополните информацию: «Для того чтобы ребёнок правильно развивался и рос, необходимо очень продуманно организовать его _____».

459. Установите соответствие между возрастом новорождённого и временем его сна (ответ представьте в виде цифры с буквой, например ... 3а):

- 1) первый месяц жизни
 - 2) шестой месяц жизни
 - 3) второй месяц жизни
 - 4) третий месяц жизни
- а) 16 ч
 - б) 17—18 ч
 - в) 8 ч
 - г) 20 ч

460. Дополните информацию: «Полноценный сон имеет большое значение для развития младенца, и очень важно создавать обстановку, которая способствует _____ ребёнка».

461. Дополните информацию: «На первом году жизни ребёнок быстро растёт, и к пятому-шестому месяцу жизни масса его тела увеличивается в _____» (выберите правильный ответ):

- а) 1,5 раза
- б) 2 раза
- в) 1,2 раза
- г) 2,5 раза

462. Дополните информацию: «В последние недели беременности и в первые дни после родов в груди матери образуется _____ — жидкость, богатая витаминами А, С, Е, В₁₂, с повышенным содержанием белка».

463. Дополните информацию: «Грудное молоко, как и молоко, обладает иммунологической активностью и надёжно защищает желудочно-кишечный тракт ребёнка от _____».

464. Дополните информацию: «Молоко содержит антитела, которые не только сами защищают ребёнка от болезней, но и стимулируют его _____ систему».

465. Дополните информацию: «Вредные привычки (курение, употребление алкоголя и наркотиков) для женщины как до беременности, так и во время её и после родов не проходят бесследно для её здоровья и здоровья её _____».

466. Дополните информацию: «Инфекционные болезни — это группа заболеваний, которые вызываются специфическими (патогенными) _____ и характеризуются _____ течением и формированием в организме постинфекционного _____».

467. Дополните информацию: «_____ — острое инфекционное заболевание, характеризующееся особым (с образованием плотных налётов в виде плёнок) воспалением слизистых оболочек рото- и носоглотки, гортани, а также явлениями интоксикации организма и поражением сердечно-сосудистой, нервной и мочевыделительной систем» (выберите правильный ответ):

- а) дифтерия
- б) туберкулёз
- в) ботулизм
- г) дизентерия

468. Укажите, чем обусловлено повреждающее действие дифтерии на органы и ткани.

469. Дополните информацию: «Возбудитель дифтерии — токсигенные _____ (группа палочковидных бактерий), которые хорошо сохраняются в окружающей среде».

470. Дополните информацию: «_____ — острая респираторная инфекция, во многом напоминающая простуду, однако более серьёзная» (выберите правильный ответ):

- а) туберкулёз
- б) гепатит
- в) грипп
- г) гастрит

471. Дополните информацию: «Вирусный гепатит — группа инфекционных заболеваний, характеризующихся преимущественным поражением _____» (выберите правильный ответ):

- а) мозга
- б) печени
- в) лёгких
- г) кишечника

472. Дополните информацию: «Лица, перенёсшие вирусный гепатит В, исключаются из числа _____».

473. Дополните информацию: «Скрытый период развития гепатита А составляет 15—50 дней, гепатита В — _____» (выберите правильный ответ):

- а) 100—150 дней
- б) 15—20 дней
- в) 70—80 дней
- г) 45—160 дней

474. Дополните информацию: «Микобактерии туберкулёза весьма устойчивы вне организма: в уличной пыли сохраняются до 10 дней, на страницах книг — до 3 месяцев, в воде они погибают через _____».

- а) 90 мин
- б) 40 мин
- в) 10 мин
- г) 130 мин

475. Дополните информацию: «Ультрафиолетовое излучение убивает микобактерии туберкулёза в течение _____» (выберите правильный ответ):

- а) 2—3 мин
- б) 12—15 мин
- в) 20—30 мин
- г) 1,5—2 ч

476. Дополните информацию: «При воздействии препаратов, выделяющих свободный активный хлор (хлорная известь), гибель возбудителей туберкулёза происходит через _____» (выберите правильный ответ):

- а) 7—8 ч
- б) 10—12 ч
- в) 8—10 ч
- г) 3—5 ч

477. Дополните информацию: «В большинстве случаев заражение туберкулёзом происходит _____ путём».

478. Дополните информацию: «Федеральный закон „О дополнительных мерах государственной поддержки семей, имеющих детей“, принятый в 2006 г., ввёл такое понятие, как _____ капитал».

479. Дополните информацию: «Каждая семья в Российской Федерации получит от государства сертификат на _____ рублей за рождение (или усыновление) второго ребёнка и каждого из последующих детей в период с 1 января 2007 г. по 31 декабря 2016 г.» (выберите правильный ответ):

- а) 100 тыс.
- б) 250 тыс.
- в) 300 тыс.
- г) 500 тыс.

480. Дополните информацию: «_____ — инфекционная болезнь, вызываемая бактериями из рода шигелл (род кишечных палочковидных бактерий), характеризующаяся поражением толстой кишки и явлениями интоксикации» (выберите правильный ответ):

- а) сальмонеллёз
- б) дизентерия
- в) инсульт
- г) грипп

481. Дополните информацию: «Источником возбудителя дизентерии является _____, _____».

482. Дополните информацию: «_____ — острая инфекционная болезнь с преимущественным поражением желудочно-кишечного тракта» (выберите правильный ответ):

- а) сальмонеллёз
- б) сифилис
- в) катар
- г) гипертония

483. Дополните информацию: «Ботулизм — болезнь, вызываемая токсинами бактерий ботулизма, протекающая с симптомами _____».

484. Дополните информацию: «Все типы возбудителя ботулизма образуют споры, которые устойчивы к воздействию физических и химических факторов; споры выдерживают кипячение в течение _____» (выберите правильный ответ):

- а) 8 ч
- б) 10 ч
- в) 5 ч
- г) 1,5 ч

485. Дополните информацию: «Возбудители ботулизма вырабатывают токсин, превосходящий по силе действия на организм человека другие известные биологические и химические _____».

486. Дополните информацию: «Источниками инфекции ботулизма являются крупный рогатый скот, свиньи, лошади, грызуны и другие животные, у которых возбудитель ботулизма является безвредным _____».

487. Дополните информацию: «При загрязнении водоёмов фекалиями животных, в организме которых имеются возбудители, носителем инфекции могут стать и _____».

488. Дополните информацию: «Попадание ботулического токсина в организм даже в относительно небольших концентрациях приводит к _____» (выберите правильный ответ):

- а) расстройству желудка
- б) лёгкому заболеванию
- в) гибели человека
- г) серьёзному заболеванию

489. Установите соответствие между временным отрезком сокращения жизни человека и причиной этого сокращения (ответ представьте в виде цифры с буквой, например ... 1д):

- 1) 8,3 года жизни
 - 2) 10 лет жизни
 - 3) 6—10 лет
 - 4) 6—9 лет
 - 5) 10 лет
- а) употребление алкогольных напитков
 - б) слабая двигательная активность
 - в) курение
 - г) стрессовые ситуации
 - д) нерациональное питание

490. Дополните информацию: «Не случайно хронические заболевания получили название болезней _____».

491. Установите соответствие между влиянием фактора риска и вероятностью развития неинфекционного заболевания (ответ представьте в виде цифры с буквами, например ... 2гдзи):

- 1) неправильное питание
- 2) алкоголь
- 3) курение
- 4) гиподинамия
- 5) стресс
- 6) экологически неблагоприятная обстановка

- а) болезни сердца
- б) гипертензия
- в) инсульт
- г) рак прямой кишки
- д) рак лёгких
- е) рак желудка
- ж) цирроз печени
- з) нарушения пищеварения
- и) гастрит
- к) аномалии развития плода

492. Дополните информацию: «_____ — заболевание со стойким повышением артериального давления» (выберите правильный ответ):

- а) ожирение
- б) гастрит
- в) гипертония
- г) инсульт

493. Дополните информацию: «_____ — острое нарушение кровообращения в головном мозге, вызывающее гибель мозговой ткани» (выберите правильный ответ):

- а) катар
- б) ишиас
- в) дизентерия
- г) инсульт

494. Дополните информацию: «Цирроз печени — хроническое заболевание печени, характеризующееся _____ её структуры, приводящее к _____ печени».

495. Дополните информацию: «_____ — заболевание желудка, характеризующееся воспалением его слизистой оболочки» (выберите правильный ответ):

- а) инсульт
- б) гастрит
- в) инфаркт
- г) гипертензия

496. Дополните информацию: «Эффективный механизм профилактики хронических неинфекционных заболеваний — обучение детей _____ сохранения здоровья».

497. Дополните информацию: «Ишемическая болезнь сердца является основной причиной смерти мужчин в возрасте старше _____» (выберите правильный ответ):

- а) 45 лет
- б) 30 лет

в) 80 лет

г) 75 лет

498. Дополните информацию: «Ишемическая болезнь сердца является основной причиной смерти женщин в возрасте старше _____» (выберите правильный ответ):

а) 55 лет

б) 40 лет

в) 65 лет

г) 50 лет

499. Дополните информацию: «Длительное воздействие совокупности модифицируемых факторов приводит в конечном итоге к _____ ишемического заболевания».

500. Установите соответствие между наличием или отсутствием модифицируемых факторов риска и суммарной оценкой вероятности развития ишемической болезни сердца в течение шести лет для мужчины в возрасте 40 лет (ответ представьте в виде цифры с буквами, например ... 3г):

1) модифицируемые факторы риска отсутствуют

2) повышенный уровень холестерина

3) повышенный уровень холестерина и курение

4) повышенный уровень холестерина, курение и повышенное давление (свыше 180 мм рт. ст.)

а) 44%

б) 89%

в) 12%

г) 29%

501. Назовите два самых известных сердечно-сосудистых заболевания.

502. Дополните информацию: «_____ является местное повреждение целостности тканей организма в результате механических, физических и химических воздействий».

503. Дополните информацию: «_____ — повреждения тканей организма вследствие механического воздействия, сопровождающегося нарушением целостности кожи и слизистых оболочек».

504. Дополните информацию: «Раны сопровождаются кровотечением, болью, нарушением функции повреждённого организма и могут осложняться _____».

505. Дополните информацию: «Колотая рана характеризуется небольшой зоной повреждения тканей и в очень редких случаях может стать источником _____ или _____».

506. Дополните информацию: «_____ рана возникает под воздействием тупого ранящего орудия большой массы или обладающего большой скоростью».

507. Дополните информацию: «Ушибленные раны обычно сильно _____».

508. Дополните информацию: «При _____ ранах наблюдается отслойка кожи и клетчатки с отделением их от подлежащих тканей».

509. Дополните информацию: «Обработку укушенных ран производят стерильным жидким мылом, которое убивает вирус _____».

510. Дополните информацию: «Антисептика — комплекс мероприятий, направленных на уничтожение _____ в ране или организме в целом».

511. Установите соответствие между видом антисептики и его основными характеристиками (ответ представьте в виде буквы с цифрой, например ... 3в):

- 1) механическая антисептика
 - 2) химическая антисептика
 - 3) физическая антисептика
 - 4) биологическая антисептика
- а) уничтожение микробов и повышение иммунологической защиты организма; применяются антибиотики, ферменты, сыворотки
 - б) использование физических факторов для уничтожения микробов (гипертонический раствор, бактерицидная лампа)
 - в) первичная обработка раны, удаление инородных тел
 - г) осуществляется с помощью дезинфицирующих средств и химиотерапевтических средств, синтетических сульфаниламидных препаратов

512. Дополните информацию: «Асептика — метод предупреждения попадания _____ в _____».

513. Укажите соответствие между видом кровотечения и его основными характеристиками (ответ представьте в виде буквы с цифрой, например ... 2г):

- 1) артериальное кровотечение
 - 2) венозное кровотечение
 - 3) капиллярное кровотечение
 - 4) паренхиматозное кровотечение
- а) наблюдается при неглубоких порезах кожи, ссадинах
 - б) возникает при повреждении печени, селезёнки, почек

- в) кровь тёмно-вишнёвого цвета и изливается медленно
- г) кровь ярко-красного цвета выбрасывается сильной пульсирующей струёй

514. Дополните информацию: «Капиллярные кровотечения — истечение крови из повреждённых мелких артерий и вен при ранении кожи, мышц, других мягких тканей — останавливают _____».

515. Установите очерёдность действий по наложению жгута:

- а) жгут захватывают правой рукой у края с цепочкой, левой — на 30—40 см ближе к середине
- б) последующие туры жгута накладывают по спирали, не растягивая, и фиксируют крючок в цепочке
- в) конечность со жгутом хорошо иммобилизуют с помощью транспортной шины или подручных средств
- г) к жгуту или одежде пострадавшего прикрепляют записку с указанием даты и времени (часы, минуты) его наложения
- д) жгут растягивают руками и накладывают первый циркулярный тур таким образом, чтобы начальный участок жгута перекрывался последующим туром
- е) выше раны и ближе к ней на кожу накладывают прокладку из одежды или мягкой ткани (платок, бинт)
- ж) для обеспечения оттока венозной крови конечность поднимают на 20—30 см

516. Дополните информацию: «Жгут не _____, он должен быть хорошо виден».

517. Дополните информацию: «В зимнее время года конечность с наложенным жгутом хорошо утепляют, чтобы не произошло _____».

518. Дополните информацию: «Чрезмерное затягивание жгута может вызвать _____ мягких тканей (мышц, нервов, сосудов) и стать причиной развития параличей конечностей».

519. Дополните информацию: «Слабо затянутый жгут кровотечения не останавливает, а, наоборот, создаёт _____ застой (конечность не бледнеет, а приобретает синюшную окраску) и усиливает _____ кровотечение».

520. Дополните информацию: «Кровотечение после удаления зуба останавливают путём прижатия _____ кровоточащих тканей в альвеоле зуба».

- 521.** Выберите из предложенных вариантов правильные действия при остановке кровотечения из уха:
- а) промыть слуховой проход
 - б) больного кладут на здоровый бок, голову слегка приподнимают
 - в) в слуховой проход вводят марлю, сложенную в виде воронки
 - г) накладывают асептическую повязку
- 522.** Дополните информацию: «Под _____ следует понимать то, что с лечебной целью накладывают на рану, ожог, перелом».
- 523.** Дополните информацию: «Во время перевязки надо стоять _____ к больному, если это возможно».
- 524.** Дополните информацию: «Ширину бинта надо подбирать так, чтобы она была равна _____ (или чуть больше) перевязываемой части тела».
- 525.** Дополните информацию: «Бинт следует держать в руке так, чтобы свободный конец составлял _____ угол с рукой, в которой находится рулон бинта».
- 526.** Дополните информацию: «Перевязку следует начинать с наиболее _____ места, постепенно переходя к более _____».
- 527.** Дополните информацию: «Перевязку заканчивают круговым _____».
- 528.** Дополните информацию: «Скатанный в рулон бинт называется головкой (скаткой), а свободная часть — _____».
- 529.** Установите соответствие между шириной бинта и перевязкой определённой части тела (ответ представьте в виде буквы с цифрой, например ... 1а):
- 1) узкие бинты
 - 2) средние бинты
 - 3) широкие бинты
- а) для головы и конечностей
 - б) при наложении повязок на пальцы
 - в) для грудной клетки, живота, таза и крупных суставов.
- 530.** Дополните информацию: «Оказывающий помощь находится _____ к пострадавшему для наблюдения за его состоянием».

531. Дополните информацию: «Бинт раскрывают, как правило, _____» (выберите правильный ответ):

- а) справа налево
- б) слева направо
- в) сверху вниз
- г) снизу вверх

532. Дополните информацию: «При наложении повязки головку бинта берут в правую руку, а начало — в левую так, чтобы скатка располагалась _____» (выберите правильный ответ):

- а) сверху
- б) справа
- в) слева
- г) снизу

533. Дополните информацию: «Бинт раскатывают по бинтуемой поверхности _____, натягивая его и не отрывая от неё».

534. Дополните информацию: «При наложении повязки каждый новый тур бинта перекрывает предыдущий наполовину или на две трети его _____».

535. Дополните информацию: «Конец бинта разрывают продольно и завязывают узлом на стороне, _____ повреждению».

536. Установите очерёдность действий при наложении повязки «чепец»:

- а) на втором циркулярном туре, дойдя до одной держалки, оборачивают бинт вокруг неё и поворачивают косо вверх на лобную кость
- б) ленту широкого бинта (держалку) серединой укладывают на теменную область
- в) бинт направляется к другой держалке, закрывая при этом лоб и часть теменной области
- г) конец бинта крепят к одной из держалок
- д) начинают наложение повязки с циркулярного тура вокруг головы поверх держалок
- е) концы бинта опускаются вертикально вниз, впереди ушных раковин
- ж) держалки связывают под подбородком
- з) на противоположной стороне бинт также оборачивают вокруг держалки и направляют на затылочную область, закрывая часть затылка и темени

537. Установите очерёдность действий при наложении повязки «перчатка»:

- а) начинают наложение повязки с фиксирующих циркулярных туров вокруг лучезапястной области

- б) сделав оборот вокруг запястья, переходят по тыльной поверхности на четвёртый палец
- в) спиральными турами закрывают его и возвращаются по тылу кисти к запястью
- г) бинт направляют по тыльной поверхности к ногтевой фаланге пятого пальца левой руки (на правой руке бинтование начинают со второго пальца)
- д) забинтовывают четвёртый палец, а затем поочерёдно, в той же последовательности бинтуют третий и второй пальцы
- е) заканчивают наложение повязки циркулярными турами вокруг лучезапястной области

538. Дополните информацию: «При наложении „перчатки“ на первый палец накладывают _____ повязку» (выберите правильный ответ):

- а) черепашью
- б) спиральную
- в) круговую
- г) колосовидную

539. Дополните информацию: «Быстрое создание неподвижности костей в области перелома (иммобилизация) уменьшает боль и является главным компонентом в предупреждении _____».

540. Дополните информацию: «Транспортная _____ осуществляется посредством специальных шин, изготовленных из подручных материалов».

541. Дополните информацию: «Неправильно выполненная иммобилизация может принести вред в результате дополнительной _____».

542. Дополните информацию: «Недостаточная иммобилизация закрытого перелома может превратить его в _____ и тем самым утяжелить травму и ухудшить исход».

543. Дополните информацию: «Отравление рассматривается как химическая _____, развивающаяся вследствие попадания в организм чужеродного химического вещества в токсической (отравляющей) дозе».

544. Дополните информацию: «Свыше _____ отравлений составляют бытовые (случайные или преднамеренные)» (выберите правильный ответ):

- а) 15%
- б) 30%
- в) 90%
- г) 50%

- 545.** Составьте информацию из фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, д ...):
- а) ... противоядий, провести мероприятия ...
 - б) ... или обезвреживанию его при помощи ...
 - в) ... далее немедленно принять меры ...
 - г) ... вначале необходимо определить ...
 - д) ... по выведению яда из организма ...
 - е) ... ядовитое вещество, в результате воздействия ...
 - ж) ... по поддержанию основных жизненных функций организма ...
 - з) ... которого произошло отравление ...
- 546.** Дополните информацию: «Перед рефлекторным вызыванием рвоты рекомендуется выпить несколько стаканов _____, или 0,25—0,5%-ного раствора питьевой соды, или 0,5%-ного раствора _____».
- 547.** Назовите два основных способа удаления яда из кишечника.
- 548.** Дополните информацию: «Обезвреживание яда в организме осуществляется веществами, которые входят в химическое соединение с ядами, переводя их в _____ состояние».
- 549.** Дополните информацию: «Отравление медикаментами зачастую происходит при _____, когда человек принимает лекарственные препараты без назначения врача».
- 550.** Установите соответствие между стадией отравления (интоксикации) снотворными средствами и её основными характеристиками (ответ представьте в виде буквы с цифрой, например ... 2г):
- 1) стадия 1
 - 2) стадия 2
 - 3) стадия 3
 - 4) стадия 4
- а) стадия характеризуется отсутствием всех рефлексов, наблюдаются признаки нарушения жизненно важных функций организма. На первый план выступают нарушения дыхания от поверхностного, аритмичного до полного паралича
 - б) стадия характеризуется сонливостью, апатией, снижением реакций на внешние раздражители, но контакт с поражённым ещё может быть установлен
 - в) стадия отмечается потерей сознания («поверхностная кома»), затруднённым глотанием, ослаблением кашлевого рефлекса. Характерно также повышение температуры тела до 39—40 °С

- г) стадия характеризуется постепенным восстановлением сознания. В первые сутки после пробуждения могут наблюдаться плаксивость, иногда умеренное психомоторное возбуждение, нарушение сна

551. Дополните информацию: «Яд из желудка удаляют путём его _____».

552. Дополните информацию: «Для ускоренного выведения яда и выделения его почками следует принимать обильное _____ и _____ средства».

553. Дополните информацию: «Кома — состояние глубокого угнетения _____, характеризующееся утратой сознания и реакции на внешние раздражители, расстройством _____ жизненно важных функций организма».

554. Выберите среди нижеприведённых мер те, которые необходимы для оказания первой медицинской помощи при отравлении противодепрессивными препаратами:

- а) проводится промывание желудка раствором питьевой соды или водой с активированным углем
- б) окунают пациента в холодную ванну
- в) накладывают повязку на область живота
- г) может быть поставлена очистительная клизма
- д) при возникновении дыхательной недостаточности проводят искусственное дыхание

555. Дополните информацию: «Отравление транквилизаторами проявляется в угнетении центральной нервной системы, что приводит к мышечной слабости, дрожанию конечностей, нарушению ритма _____, падению _____ давления».

556. Дополните информацию: «Смертельная доза при отравлении аспирином и аскофеном составляет _____» (выберите правильный ответ):

- а) 5 г
- б) 10 г
- в) 30—50 г
- г) 70—80 г

557. Дополните информацию: «Смертельная доза при отравлении анальгином и амидопирином составляет _____» (выберите правильный ответ):

- а) 10—15 г
- б) 25 г
- в) 40—60 г
- г) 80—90 г

558. Дополните информацию: «Смертельная доза при отравлении йодом составляет _____» (выберите правильный ответ):

- а) 1—1,5 г
- б) 2—3 г
- в) 4—6 г
- г) 8—10 г

559. Укажите, что необходимо немедленно сделать во всех острых случаях отравлений лекарственными препаратами (выберите правильный ответ):

- а) прибегнуть к помощи медицинской литературы
- б) вызвать неотложную помощь
- в) предоставить пострадавшему полный покой
- г) попросить помощь у соседей

560. Дополните информацию: «В состав всех спиртных напитков входит алкоголь (_____ спирт)».

561. Дополните информацию: «Алкоголь является _____ веществом».

562. Дополните информацию: «Установлено, что продуктивность труда после употребления алкоголя значительно _____».

563. Дополните информацию: «_____ — хроническое отравление никотином, связанное с привыканием к курению».

564. Дополните информацию: «Курение является одним из вариантов _____».

565. Дополните информацию: «При занятиях физической культурой, спортом и при других физических нагрузках сердечной мышце курящего человека труднее справиться с нагрузкой, так как у курильщиков содержание кислорода в крови _____».

566. Дополните информацию: «Смертельная доза при отравлении скипидаром составляет _____» (выберите правильный ответ):

- а) 10 мл
- б) 25 мл
- в) 200 мл
- г) 100 мл

567. Дополните информацию: «Смертельная доза для взрослого при отравлении нафталином составляет _____» (выберите правильный ответ):

- а) 15 г
- б) 10 г
- в) 20 г
- г) 150 г

568. Дополните информацию: «Щёлочи — хорошо растворимые в _____ основания, водные растворы которых применяются в промышленности, медицине и быту».

569. Дополните информацию: «_____ газ, или окись углерода, является продуктом неполного сгорания органических веществ».

570. Дополните информацию: «Вдыхание воздуха, содержащего всего лишь 0,15—0,20% окиси углерода в течение _____, может привести к тяжёлому отравлению» (выберите правильный ответ):

- а) 1—2 ч
- б) 3—4 ч
- в) 0,5—1 ч
- г) 7—8 ч

571. Дополните информацию: «Механизм отравления угарным газом состоит в том, что он, попадая через дыхательные пути в кровь, быстро вытесняет из гемоглобина кислород и образует так называемый карбоксигемоглобин, лишённый способности связываться с _____».

572. Составьте информацию из фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... а, в ...):

- а) ... в организме и гибели пострадавшего ...
- б) ... кислородное голодание приводит ...
- в) ... при длительном вдыхании ...
- г) ... к наступлению необратимых изменений ...
- д) ... угарного газа либо при его ...
- е) ... высокой концентрации ...

573. Дополните информацию: «Чем раньше при отравлении угарным газом оказывается _____, тем более вероятен благополучный исход несчастного случая».

574. Дополните информацию: «Отморожение различных частей тела может произойти при вынужденном длительном пребывании на _____».

575. Установите соответствие между степенью отморожения и её основной характеристикой (ответ представьте в виде буквы с цифрой, например ... 1в):

- 1) 1-я степень
- 2) 2-я степень
- 3) 3-я степень
- 4) 4-я степень

- а) степень сопровождается омертвением кожи и подкожной клетчатки. Кожа поражённого участка остаётся холодной, приобретает синюшную окраску. Пульс на стопе (или запястье) ослабевает или вовсе исчезает
- б) степень, когда поражается базальный слой эпидермиса с образованием пузырей
- в) степень сопровождается омертвением не только мягких тканей, развивается также омертвение кости
- г) степень характеризуется поражением поверхностного слоя кожи

576. Дополните информацию: «Отморожению 4-й степени чаще всего подвергаются _____».

577. Дополните информацию: «Целью оказания первой медицинской помощи при отморожении является по возможности быстрое и полноценное восстановление _____ в поражённых тканях, для этого прежде всего необходимо их _____».

578. Выберите среди нижеприведённых мер первой медицинской помощи пострадавшему от отморожения ту, которая действительно необходима и не принесёт ему вреда:

- а) массаж и растирание поражённой части тела
- б) растирание пострадавшего участка тела снегом
- в) погружение отмороженных конечностей в холодную воду

579. Дополните информацию: «Охлаждение организма — это такое его состояние, при котором теплоотдача преобладает над теплопроизводством, что приводит к снижению _____ тела».

580. Дополните информацию: «Охлаждение может вызвать _____, под которым понимают охлаждение организма, сопровождающееся тяжёлыми расстройствами его функций вплоть до _____».

581. Дополните информацию: «Особенно часто замерзают люди, находящиеся в _____».

582. Дополните информацию: «Наиболее быстро человек охлаждается при попадании в _____».

583. Дополните информацию: «Время безопасного пребывания для человеческого организма в воде с нулевой температурой равно не более _____» (выберите правильный ответ):

- а) 30 мин
- б) 10 мин
- в) 20 мин
- г) 2 мин

584. Установите соответствие между стадией охлаждения и её основной характеристикой (ответ представьте в виде буквы с цифрой, например ... 2г):

- 1) сопорозная
 - 2) коматозная
 - 3) компенсаторная
 - 4) адинамическая
- а) температура тела 24°C и ниже
 - б) температура тела ещё не снижена
 - в) температура тела $29\text{--}25^{\circ}\text{C}$
 - г) температура тела $35\text{--}30^{\circ}\text{C}$

585. Дополните информацию: «Снижение температуры тела до _____ является смертельным» (выберите правильный ответ):

- а) $32\text{--}34^{\circ}\text{C}$
- б) $17\text{--}18^{\circ}\text{C}$
- в) $20\text{--}25^{\circ}\text{C}$
- г) $28\text{--}30^{\circ}\text{C}$

586. Дополните информацию: «Тепловой удар — это болезненное состояние, вызванное _____ тела».

587. Дополните информацию: «Солнечный удар — состояние организма, которое наступает из-за сильного _____ головы прямыми солнечными лучами, под воздействием которых мозговые поверхностные сосуды расширяются и происходит прилив _____».

588. Составьте информацию из фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... г, ж ...):

- а) ... наиболее вероятно в душную ...
- б) ... а также при пребывании на солнце ...
- в) ... возникновение солнечного удара ...
- г) ... безветренную погоду, при длительном ...
- д) ... на затылочно-теменную часть головы ...
- е) ... в состоянии опьянения или ...
- ж) ... с переполненным желудком ...
- з) ... воздействию солнечных лучей ...

589. Дополните информацию: «По статистике, количество смертельных исходов от поражения электрическим током занимает одно из первых мест среди всех видов _____».

590. Дополните информацию: «Если одежда и обувь _____, а кожа _____, то электрическое сопротивление снижается и опасность поражения током резко возрастает».

591. Дополните информацию: «При тяжёлых поражениях электрическим током, когда останавливаются дыхание и сердечная деятельность, показано наряду с перечисленным срочное проведение искусственного _____ и массажа _____».

592. Дополните информацию: «При электротравме независимо от степени тяжести поражения и результативности мероприятий первой помощи необходимо как можно быстрее вызвать _____».

593. Дополните информацию: «Особенность обширных ожогов состоит в том, что при них в патологический процесс почти всегда вовлекаются все органы и системы организма, возникают расстройства функций дыхания, кровообращения, выделения, появляются резкие _____, что зачастую обуславливает развитие ожогового _____».

594. Дополните информацию: «Ожоговый шок обычно развивается при термических поражениях на площади не менее _____ поверхности тела» (выберите правильный ответ):

- а) 20—25%
- б) 5—10%
- в) 10—15%
- г) 50—70%

595. Дополните информацию: «По статистике, среди учащихся, заканчивающих обучение в школе, каждый _____ имеет отклонения в работе сердечно-сосудистой системы» (выберите правильный ответ):

- а) второй
- б) десятый
- в) восьмой
- г) четвёртый

596. Дополните информацию: «Сердечная недостаточность — это патологическое состояние, характеризующееся недостаточностью _____ вследствие снижения _____ функции сердца».

597. Составьте информацию из фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... г, ж ...):

- а) ... могут возникнуть вследствие ...
- б) ... сопровождающихся разрушением ёмкостей ...
- в) ... современных средств поражения ...
- г) ... а также при применении ...
- д) ... природных (землетрясения, ураганы, сели) ...
- е) ... или при авариях на атомных электростанциях ...
- ж) ... опасные вещества (АХОВ) ...

- з) ... содержащих аварийно химически ...
- и) ... массовые поражения людей ...
- к) ... или технических катастроф ...

598. Установите соответствие между группой отравляющих веществ и названием вещества, относящегося к ней (ответ представьте в виде буквы с цифрой, например ... Зик):

- 1) нервно-паралитические ОВ
 - 2) общеядовитые ОВ
 - 3) кожно-нарывные
 - 4) удушающие ОВ
 - 5) ОВ раздражающего действия
 - 6) ОВ психохимического действия
 - 7) основные АХОВ
- а) зарин
 - б) хлор
 - в) синильная кислота
 - г) хлорциан
 - д) секрет
 - е) фосген
 - ж) Си-Эс
 - з) зоман
 - и) Би-Зет
 - к) аммиак
 - л) V-газы

Демонстрационные варианты блок-тестов как примеры для составления проверочных работ

Блок-тесты для проведения итоговой аттестации в 11 классе составляются из проверочных и тестовых заданий из всех трёх Модулей (по материалам учебника как для 10, так и для 11 класса). Желательно составлять блок-тесты отдельно для юношей и девушек. Для юношей важно делать упор на Модуль III «Обеспечение военной безопасности государства», для девушек — на учебник «Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Часть 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» под общей редакцией А. Т. Смирнова (М.: Просвещение, 2009). Обязательно включить для девушек вопросы гражданской обороны из раздела VI «Обеспечение военной безопасности государства» Модуля III «Обеспечение военной безопасности государства».

Девушки изучают Модуль «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» из учебной программы, которая разработана в соответствии с положениями Федерального закона Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе» и требованиями Постановления Правительства Российской Федерации от 31 декабря 1999 г. № 1441 «Об утверждении положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе» (в последней редакции). Программа предназначена для реализации положений указанных выше нормативных документов по углублённому изучению основ медицинских знаний в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования. Занятия проводятся с девушками, а с юношами в это время проводятся занятия по основам военной службы.

Программа для старшеклассниц включает в себя разделы и темы **Модуля II (М-II) «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»**. Состоит из двух разделов и 12 тем.

Раздел IV (Р-IV) «Основы здорового образа жизни».

Состоит из пяти тем и предназначен для проведения занятий в 11 классе. Занятия проводятся в объёме 28 ч.

Раздел V (Р-V) «Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи».

Состоит из 7 тем и рассчитан на 21 ч. Занятия проводятся в 10 классе¹.

Занятия по данной программе проводят преподаватели, прошедшие специальную подготовку по основам медицинских знаний и здорового образа жизни в общеобразовательных учреждениях дополнительного образования.

По итогам изучения данной программы в 11 классе старшеклассницам выставляется оценка, которая учитывается при итоговой аттестации выпускников.

Экзаменационные работы по курсу ОБЖ должны не только способствовать выявлению уровня подготовки учащихся в области безопасности жизнедеятельности, но в определённой мере обеспечивать более глубокое и осознанное усвоение учебного материала, особенно в части запоминания рекомендаций специалистов в области безопасности по правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях. В этой связи целесообразно в процессе выполнения экзаменационной работы разрешить учащимся в качестве справочного материала использовать новые учебники для 10 и 11 классов фиксированного формата.

Все тестовые задания оцениваются в баллах одинаково:

- правильный ответ — 1 балл,
- отсутствие ответа или неправильный ответ — 0 баллов.

Ответ считается правильным, если учащийся изложил его своими словами, но при этом не исказил смысл понятия. Сложные задания, в которых учащимся предлагается установить соответствие понятий из двух предлагаемых групп (одна группа обозначена цифрой, вторая — буквой), правильный ответ засчитывается, если учащийся правильно своими словами изложил хотя бы 50% информации.

Таким образом, при правильных ответах по всем заданиям общее количество баллов составит 10 баллов.

Оценка уровня и качества подготовки учащихся проводится по четырёхбалльной системе с учётом количества баллов, набранных за правильные ответы, исходя из следующих критериев.

Оценка «неудовлетворительно» («2») выставляется в случае, если учащийся дал менее 4 правильных ответов и набрал 0—3 балла.

Оценка «удовлетворительно» («3») выставляется в случае, если учащийся показал до 5 правильных ответов и набрал 4—5 баллов.

¹ Подробное тематическое и поурочное планирование учебной программы для девушек 10—11 классов будет приведено в кн.: Основы безопасности жизнедеятельности: Рабочая программа для общеобразовательных учреждений: 10—11 кл. / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под общ. ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2011.

Оценка «хорошо» («4») выставляется в случае, если учащийся показал (представил) до 8 правильных ответов и набрал 6—8 баллов.

Оценка «отлично» («5») выставляется, если учащийся показал (представил) до 9 правильных ответов и набрал 9—10 баллов.

Для учащегося, имеющего хорошую и отличную подготовку по ОБЖ, на выполнение одного задания потребуется не более 5 мин учебного времени. Всего на выполнение экзаменационной работы дается 60 мин.

Ниже мы рассмотрим варианты блок-тестов и для юношей, и для девушек.

Вариант № 1 (для юношей)

1. Назовите меры пожарной безопасности при разведении костра.

2. Сформулируйте общепринятые меры безопасности при отдыхе на водоёмах.

3. Дополните фразу: «Согласно Правилам дорожного движения, лицо, принимающее непосредственное участие в движении в качестве водителя, пешехода, пассажира транспортного средства, называется _____» (выберите правильный ответ):

- а) гражданином
- б) участником дорожного движения
- в) членом неформальной организации
- г) участником общественного движения

4. Дополните фразу: «К наиболее опасным террористическим актам можно отнести _____» (выберите три правильных ответа):

- а) взрывы в местах массового скопления людей
- б) похищение людей с целью получения выкупа и угроза физического уничтожения заложника
- в) распространение непроверенных слухов
- г) звонки по телефону с целью розыгрыша
- д) отравление систем водоснабжения, продуктов питания; искусственное распространение возбудителей инфекционных заболеваний

5. Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например ... в, а,...):

- а) ... до того времени, пока люди поддерживают ...
- б) ... смена поколений продолжается ...
- в) ... устойчивую систему воспроизводства, т. е. ...
- г) ... рождение и воспитание здорового ...

- д) ... дальнейшее продвижение общества по пути цивилизации ...
- е) ... потомства, способного обеспечить ...

6. Дополните письменно информацию: «Заявление о замене военной службы по призыву альтернативной гражданской службой рассматривается на заседании призывной комиссии только в _____ человека, подавшего это заявление».

7. Дополните информацию: «Приведение военнослужащих к Военной присяге (принесение обязательства) осуществляется в соответствии с „Положением о порядке приведения к военной присяге (принесения обязательства)“, предусмотренном в _____» (выберите правильный ответ):

- а) Дисциплинарном уставе Вооружённых Сил Российской Федерации;
- б) Уставе гарнизонной и караульной служб Вооружённых Сил Российской Федерации;
- в) Строевом уставе Вооружённых Сил Российской Федерации;
- г) Уставе внутренней службы Вооружённых Сил Российской Федерации

8. Установите соответствие между обычными средствами поражения и их поражающими факторами (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в):

- 1) осколочные авиабомбы
 - 2) фугасные авиабомбы
 - 3) шариковые авиабомбы
 - 4) боеприпасы объёмного взрыва
 - 5) зажигательное оружие
- а) применяют для поражения людей и животных. При разрыве образуется большое количество осколков, которые разлетаются в разные стороны на расстояние до 300 м от места взрыва. Кирпичные и деревянные стены осколки не пробивают
 - б) снаряжаются огромным количеством осколков весом до нескольких граммов, размером от теннисного до футбольного мяча. Радиус поражающего действия составляет до 15 м
 - в) предназначены для разрушения всевозможных сооружений. В сравнении с ядерными боеприпасами их разрушительная сила невелика. Чаще всего они имеют взрыватели замедленного действия, которые срабатывают автоматически через некоторое время после сбрасывания бомбы
 - г) термическое воздействие на организм человека приводит прежде всего к ожогам

- д) сбрасываются с самолёта в виде кассет. При ударе их о землю срабатывает взрыватель, который обеспечивает разброс жидкости и образование газового облака диаметром 15 м и высотой 2,5 м. Это облако подрывается специальным устройством замедленного действия. Основным поражающим фактором является распространяющаяся со сверхзвуковой скоростью ударная волна, мощность которой в 4—6 раз превышает энергию взрыва обычного взрывчатого вещества

9. Дополните фразу: «Дневальный по роте подчиняется _____» (выберите правильный ответ):

- а) старшине роты
- б) дежурному по роте
- в) сержантам роты
- г) офицеру любой воинской части, если он появится в расположении роты

10. Установите порядок неполной разборки автомата Калашникова (ответ представьте цифрой с буквой, например: ... в, д ...):

- а) отделить затворную раму с затвором
- б) отделить возвратный механизм
- в) отделить газовую трубку со ствольной накладкой
- г) отделить затвор от затворной рамы
- д) вынуть пенал с принадлежностями
- е) отделить крышку ствольной коробки
- ж) отделить шомпол
- з) отделить магазин

Вариант № 2 (для юношей)

1. Назовите меры безопасности при пользовании средствами бытовой химии.

2. Назовите инфекции, передаваемые половым путём (ИППП). Охарактеризуйте каждую из них.

3. Перечислите основные функции Вооружённых Сил Российской Федерации.

4. Дополните фразу: «При длительном курении воздействие канцерогенных веществ на организм может вызвать следующее заболевание» (выберите правильный ответ):

- а) туберкулёз
- б) ангину
- в) катар
- г) рак

5. Дополните фразу: «Система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера называется _____» (выберите правильный ответ):

- а) быстрым реагированием
- б) контртеррористической операцией
- в) обороной государства
- г) гражданской обороной

6. Дополните фразу: «Верховным главнокомандующим Вооружёнными Силами Российской Федерации в соответствии с Конституцией является _____» (выберите правильный ответ):

- а) министр обороны
- б) Президент Российской Федерации
- в) председатель Совета Федерации Федерального собрания Российской Федерации
- г) главнокомандующий Сухопутными войсками

7. Установите соответствие между родом авиации и её предназначением (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в):

- 1) дальняя авиация
 - 2) военно-транспортная авиация
 - 3) фронтовая бомбардировочная и штурмовая авиация
 - 4) фронтовая разведывательная авиация
 - 5) фронтовая истребительная авиация
 - 6) армейская авиация
- а) предназначена прежде всего для осуществления авиационной поддержки Сухопутных войск во всех видах военных действий (обороне, наступлении, контрнаступлении)
 - б) предназначена для уничтожения средств воздушного нападения противника при решении задач прикрытия группировок Вооружённых Сил, экономических районов, административно-политических центров, военных и других объектов
 - в) основное средство десантирования войск и боевой техники в интересах операций на континентальных и океанских театрах войны; она является самым мобильным средством доставки в заданные районы материальных средств, боевой техники, продовольствия, частей и подразделений разных видов Вооружённых Сил и родов войск
 - г) главная ударная сила ВВС, способная эффективно поражать важные объекты авиационных группировок, корабли-носители крылатых ракет морского базирования (КРМБ), энергетические объекты и объекты высшего

военного и государственного управления, узлы железнодорожных, автомобильных и морских коммуникаций

д) предназначена для огневой поддержки Сухопутных войск. На неё также возлагаются задачи боевого и тылового обеспечения

е) предназначена для ведения воздушной разведки в интересах всех видов Вооружённых Сил и родов войск

8. Дополните письменно информацию: «Серьёзные нарушения «Права войны» квалифицируются как _____».

9. Дополните информацию: «Воинские части, расположенные постоянно или временно в определённом населённом пункте или районе с установленными границами, называются _____»

(выберите правильный ответ):

а) ограниченным контингентом войск

б) экспедиционным корпусом

в) караулом

г) гарнизоном

Вариант № 3 (для девушек)

1. Укажите, из чего складывается в конечном итоге общественное здоровье.

2. Назовите основные государственные документы, в которых определены конкретные меры противодействия распространению наркотиков и наркомании.

3. Перечислите порядок своих действий при пожаре и аварии на железной дороге.

4. Установите соответствие рекомендуемой температуры воды и продолжительностью купания (ответ представьте цифрой с буквой, например ... 2в):

1) при температуре воды 18 °С

2) при температуре воды 20 °С

3) при температуре воды 24 °С

а) 15—20 мин

б) 10—12 мин

в) 6—8 мин

5. Установите соответствие между группой средств индивидуальной защиты и их разновидностью (ответ представьте цифрой с буквой, например: 2в):

1) средства индивидуальной защиты органов дыхания

2) средства индивидуальной защиты кожи

а) общевойсковой защитный комплект

б) противогаз

в) производственная одежда

- г) ватно-марлевая повязка
- д) противопыльная тканевая маска
- е) повседневная одежда, при необходимости пропитанная специальными растворами
- ж) респиратор
- з) лёгкий защитный костюм Л-1
- и) аптечка индивидуальная АИ-2
- к) индивидуальный противохимический пакет (ИПП-8)

6. Перечислите отклонения, с которыми могут родиться дети у женщин, употребляющих алкоголь во время беременности (не менее трёх).

7. Дополните информацию: «Моногенные болезни передаются по наследству с вероятностью, ожидаемой по законам, описанным Г. Менделем, их ещё называют „_____ заболевания“».

8. Дополните информацию: «Если ребёнок родился через _____ беременности, то он считается доношенным» (выберите правильный ответ):

- а) 33 недели
- б) 38 недель
- в) 26 недель
- г) 30 недель

9. Установите очерёдность действий по наложению жгута:

- а) жгут захватывают правой рукой у края с цепочкой, левой — на 30—40 см ближе к середине
- б) последующие туры жгута накладывают по спирали, не растягивая, и фиксируют крючок в цепочке
- в) конечность со жгутом хорошо иммобилизуют с помощью транспортной шины или подручных средств
- г) к жгуту или одежде пострадавшего прикрепляют записку с указанием даты и времени (часы, минуты) его наложения
- д) жгут растягивают руками и накладывают первый циркулярный тур таким образом, чтобы начальный участок жгута перекрывался последующим туром
- е) выше раны и ближе к ней на кожу накладывают прокладку из одежды или мягкой ткани (платок, бинт)
- ж) для обеспечения оттока венозной крови конечность поднимают на 20—30 см

10. Установите соответствие между шириной бинта и перевязкой определённой части тела (ответ представьте в виде цифры с буквой, например ... 1а):

- 1) узкие бинты
- 2) средние бинты
- 3) широкие бинты

- а) для головы и конечностей
- б) при наложении повязок на пальцы
- в) для грудной клетки, живота, таза и крупных суставов

Вариант № 4 (для девушек)

1. Расскажите о ваших действиях, если в здании, где вы находитесь, произошёл взрыв.

2. Сформулируйте необходимость проведения контртеррористической операции, если террористы захватили заложников и выдвинули свои требования.

3. Перечислите порядок своих действий, если во время бури или урагана вы оказались на открытом пространстве.

4. Дополните информацию: «В России, как и повсюду в мире, среди потребителей наркотиков преобладают _____» (выберите правильный ответ):

- а) люди среднего возраста
- б) представители уголовного мира
- в) лица, связанные по работе с наркотиками
- г) молодые люди

5. Дополните фразу: «Гражданскую оборону общеобразовательного учреждения возглавляет _____» (выберите правильный ответ):

- а) лицо, выбранное коллективом общеобразовательного учреждения
- б) представитель ГОЧС
- в) директор общеобразовательного учреждения
- г) председатель родительского комитета

6. Дополните информацию: «При наложении „перчатки“ на первый палец накладывают _____ повязку» (выберите правильный ответ):

- а) черепашью
- б) спиральную
- в) круговую
- г) колесовидную

7. Дополните информацию: «Отравление транквилизаторами проявляется в угнетении центральной нервной системы, что приводит к мышечной слабости, дрожанию конечностей, нарушению ритма _____, падению _____ давления».

8. Дополните информацию: «Специалисты считают, что женщина в период беременности должна спать не менее _____ в сутки» (выберите правильный ответ):

- а) 9—10 ч
- б) 6—8 ч
- в) 12—14 ч
- г) 16—18 ч

9. Дополните информацию: «В случае, если родители не предоставляют содержание своим несовершеннолетним детям, средства на их содержание (алименты) взыскиваются с родителей в _____ порядке».

10. Дополните информацию: «Известно, что вхождение человека в общество идёт через _____» (выберите правильный ответ):

- а) двор
- б) семью
- в) друзей
- г) школу

Темы рефератов

Предлагаемые далее темы рефератов должны способствовать более глубокому усвоению учащимися ключевых тем по курсу ОБЖ и выработке у них навыков творческой работы с учебной литературой и дополнительными материалами в области безопасности жизнедеятельности.

Открытая защита учащимся реферата призвана способствовать выработке у него уверенности в своих знаниях и умениях доступно излагать свои выводы, полученные в процессе работы над рефератом.

При оценке качества защиты реферата учителю целесообразно зафиксировать успешность выполнения учеником данной работы, отметив правильность подбора учебного материала, глубину раскрытия темы, её соответствие учебной программе курса ОБЖ и обоснованность общего вывода, а также умение коротко и доходчиво излагать свои выводы при защите.

Темы рефератов предлагаются учащимся заблаговременно (по выбору с учётом интересующей их тематики).

После выбора темы реферата учащийся целенаправленно работает над его подготовкой под руководством учителя.

В сроки, установленные учителем, обучаемые представляют ему рефераты на рецензирование. После рецензирования учащиеся устраняют отмеченные учителем недостатки и готовятся к защите реферата.

Защита рефератов проходит в классе в присутствии всех обучающихся. Возможно также присутствие родителей. Сроки и порядок защиты определяет учитель, но не позднее чем за неделю до устного экзамена.

При защите реферата ученик кратко излагает выводы по существу содержания реферата, делает общий вывод и отвечает на дополнительные вопросы.

Тема «Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (М-І, Р-І)

Содержание реферата

1. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, которые возникали в регионе вашего проживания, и их последствия.
2. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.
3. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

Тема «Организационные основы борьбы с терроризмом в Российской Федерации» (М-I, Р-III)

Содержание реферата

1. Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом.
2. Контртеррористическая операция и её правовой режим.
3. Рекомендации по правилам безопасного поведения при угрозе террористического акта.

Тема «Здоровый образ жизни и его составляющие» (М-II, Р-IV)

Содержание реферата

1. Здоровый образ жизни — индивидуальная система поведения человека, его духовная и физическая составляющие.
2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.
3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.

Тема «Нравственность и здоровье» (М-II, Р-IV)

Содержание реферата

1. Семья и её значение в жизни человека.
2. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни.
3. Качества человека, способствующие созданию прочной семьи, законодательство Российской Федерации о семейных отношениях.

Тема «Вооружённые Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества» (М-III, Р-VI)

Содержание реферата

1. История создания Вооружённых Сил Российской Федерации.
2. Дни воинской славы России.
3. Состав Вооружённых Сил Российской Федерации.

Тема «Виды Вооружённых Сил Российской Федерации» (М-III, Р-VI)

Содержание реферата

1. Сухопутные войска.
2. Военно-воздушные силы.
3. Военно-морской флот.

Тема «Самостоятельные рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации» (М-III, Р-II)

Содержание реферата

1. Ракетные войска стратегического назначения (РВСН).
2. Воздушно-десантные войска.
3. Космические войска.

Тема «Воинская обязанность» (М-III, Р-VI)

Содержание реферата

1. Основные понятия воинской обязанности. Организация воинского учёта.
2. Обязательная подготовка граждан к военной службе.
3. Профессиональный психологический отбор и его предназначение.

Тема «Особенности военной службы» (М-III, Р-VII)

Содержание реферата

1. Правовые основы военной службы и статус военнослужащего.
2. Военные аспекты международного гуманитарного права.
3. Общевоинские уставы.

Тема «Военнослужащий — вооружённый защитник Отечества» (М-III, Р-VII)

Содержание реферата

1. Основные виды воинской деятельности.
2. Основные особенности воинской деятельности.
3. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина.

Рефераты для старшеклассниц

Тема «Здоровье женщины и её роль в современном обществе» (М-II, Р-IV)

Содержание реферата

1. Основные функции женщины в современном обществе.
2. Роль женщины в семье и общественной жизни.
3. Основные факторы, влияющие на состояние здоровья женщины.

Тема «Здоровье родителей и здоровье будущего ребёнка» (М-II, Р-IV)

Содержание реферата

1. Факторы, оказывающие влияние на рождение здорового ребёнка (состояние здоровья родителей, окружающая среда, образ жизни родителей).
2. Меры, принимаемые в обществе и государстве для снижения факторов риска рождения ребёнка с врождёнными отклонениями в здоровье.
3. Соблюдение норм здорового образа жизни — надёжная гарантия сохранения здоровья родителей и рождения здорового ребёнка.

Тема «Правила личной гигиены и здоровье человека» (М-II, Р-IV)

Содержание реферата

1. Значение личной гигиены в системе здорового образа жизни.
2. Особенности личной гигиены в период полового созревания.
3. Основные правила личной гигиены с учётом особенностей окружающей среды в местах проживания и возможностей по выполнению норм здорового образа жизни.

Тема для реферата «Права и обязанности родителей» (М-II, Р-IV)

Содержание реферата

1. Обязанности родителей по воспитанию детей.
2. Права несовершеннолетних детей.
3. Конвенция ООН «О правах ребёнка».

Тема «Уход за младенцем» (М-II, Р-IV)

Содержание реферата

1. Условия, которые необходимо создать в семье после рождения ребёнка.
2. Влияние поведения матери на развитие ребёнка.
3. Вскармливание ребёнка.
4. Режим дня ребёнка в первые месяцы его жизни.

Примерные экзаменационные билеты для 11 класса общеобразовательных учреждений

Настоящие экзаменационные билеты по основам безопасности жизнедеятельности разработаны на профильном уровне как примерные с целью оказания помощи общеобразовательным учреждениям для подготовки материалов итоговой аттестации выпускников 11 классов общеобразовательных учреждений.

Экзаменационные билеты в первую очередь позволяют оценить уровень подготовки выпускников к военной службе, для ведения ими здорового образа жизни, оказания первой медицинской помощи, владения навыками гражданской обороны.

Каждое общеобразовательное учреждение вправе использовать данные экзаменационные билеты, а также заменить (или дополнить) вопросы билетов вопросами из регионального компонента содержания образования. При этом при составлении билетов общеобразовательным учреждением предпочтение должно отдаваться вопросам о потенциальных опасностях природного, техногенного и социального происхождения, характерных для места (региона) проживания выпускников, а также связанных с прохождением учебных сборов.

Теоретические вопросы могут быть дополнены ситуационными задачами, демонстрацией (показом) выпускниками навыков пользования средствами индивидуальной защиты, приборами радиационной и химической разведки, первичными средствами пожаротушения, неполной разборкой и сборкой автомата.

Кроме приборов и оборудования, целесообразно подготовить для проведения экзамена комплекты учебно-наглядных пособий (плакаты), справочные материалы.

Время, отводимое на подготовку для ответа по билетам, должно составлять не менее 45 мин.

Оценивание результатов экзамена:

- «удовлетворительно» — при полном ответе хотя бы на один вопрос,
- «хорошо» — при ответе на два вопроса,
- «отлично» — при ответе на три вопроса.

При ответе на дополнительные вопросы конкретное решение о выставлении отметки принимается экзаменационной комиссией.

Билет 1

1. Понятия здоровья и здорового образа жизни. Факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье.
2. История создания Вооружённых Сил Российской Федерации, её связь с историей и становлением Российского государства.
3. Терроризм: основные понятия и признаки.

Билет 2

1. Оборона государства — система мер по защите его целостности и неприкосновенности.
2. Организационная структура Вооружённых Сил Российской Федерации. Виды Вооружённых Сил, рода войск.
3. Правовые основы борьбы с терроризмом.

Билет 3

1. Общие требования к обеспечению безопасности военной службы.
2. Роль и место Вооружённых Сил Российской Федерации в системе обеспечения национальной безопасности страны.
3. Особенности правового режима в зоне проведения контртеррористической операции.

Билет 4

1. ВИЧ-инфекция и СПИД, основные понятия, способы распространения, меры профилактики ВИЧ-инфекции.
2. Моральные, индивидуально-психологические и профессиональные качества гражданина, необходимые для военной службы.
3. Назовите основные угрозы террористического характера для граждан России.

Билет 5

1. Воинская обязанность и организация военного учёта.
2. Военно-морской флот, его предназначение, флота и рода сил, решаемые ими задачи.
3. Взрывоопасные предметы, взрывчатые вещества. Демаскирующие признаки взрывных устройств и предметов.

Билет 6

1. Общие положения Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.
2. Значение дружбы и войскового товарищества для боевой готовности и боеспособности подразделений Вооружённых Сил Российской Федерации.
3. Профилактический осмотр территории и помещений по предотвращению террористических актов.

Билет 7

1. Наркомания и токсикомания, общие понятия. Последствия употребления наркотиков для здоровья человека. Меры профилактики наркозависимости.
2. Сухопутные войска, их предназначение, рода войск и решаемые ими задачи.
3. Ваши действия в случае обнаружения вами взрывоопасных устройств и предметов.

Билет 8

1. Курение и его влияние на здоровье человека. Табачный дым, его составные части, влияние табачного дыма на окружающих (пассивное курение).
2. Статус военнослужащего, его права и свободы.
3. Меры личной безопасности, которые необходимо принять в случае угрозы совершения террористического акта или иных насильственных действий со стороны преступников.

Билет 9

1. Знания, умения и навыки, необходимые для автономного существования человека в природных условиях.
2. Конституция Российской Федерации и другие законы, определяющие правовую основу военной службы.
3. Меры, принимаемые по защите квартиры (дома) с целью предотвращения проникновения в неё преступников.

Билет 10

1. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Меры, принимаемые по защите населения от их последствий, права и обязанности граждан.
2. Военная служба по призыву и её особенности.
3. Предотвращение террористического акта благодаря бдительности граждан (на примере из средств массовой информации).

Билет 11

1. Основные положения Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. и Военной доктрины Российской Федерации по вопросам национальной обороны.
2. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке их на воинский учёт.
3. Ракетные войска стратегического назначения — самостоятельный род войск, их предназначение и решаемые ими задачи.

Билет 12

1. Формы общения в воинском коллективе. Профилактика неуставных взаимоотношений.
2. Обязательная подготовка граждан к военной службе, основное её содержание и предназначение.
3. Правила поведения граждан во время совершения террористического акта (произошёл взрыв).

Билет 13

1. Воздушно-десантные войска — самостоятельный род войск, их предназначение, состав и решаемые задачи.
2. Первоначальная постановка граждан на воинский учёт. Обязанности граждан по воинскому учёту.
3. Действия человека, оказавшегося в завале в результате взрыва.

Билет 14

1. История создания гражданской обороны, её предназначение и основные задачи по защите населения.
2. Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учёта.
3. Правила поведения при похищении или взятии вас в заложники.

Билет 15

1. Современные средства поражения, их краткая характеристика, поражающие факторы.
2. Воинские звания военнослужащих Вооружённых Сил Российской Федерации. Военная форма одежды.
3. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.

Билет 16

1. Защитные сооружения гражданской обороны, их предназначение. Правила поведения в защитных сооружениях.
2. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.
3. Правила поведения граждан во время проведения контртеррористической операции.

Билет 17

1. Средства индивидуальной защиты населения, их предназначение.
2. Организация призыва на военную службу.
3. О порядке приёма сообщений по телефону, содержащих угрозы террористического характера.

Билет 18

1. Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайной ситуации.
2. Военная присяга — торжественная клятва воина на верность своему Отечеству. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге.
3. Правила обращения с анонимными материалами, содержащими угрозы террористического характера.

Билет 19

1. Предназначение и задачи Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.
2. Права и ответственность военнослужащих. Основные положения международного гуманитарного права.
3. Меры безопасности в случае взрыва во время террористического акта.

Билет 20

1. Понятие личной и общественной гигиены. Значение соблюдения правил личной и общественной гигиены для здоровья человека.
2. Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации — основные законы воинской жизни.
3. Меры безопасности от химического терроризма.

Билет 21

1. Строевые приёмы и движения без оружия на месте и в движении.
2. Космические войска — самостоятельный род войск, их предназначение, состав, силы и средства ракетно-космической обороны.
3. Меры безопасности от биологического терроризма.

Билет 22

1. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова.
2. Основные виды воинской деятельности. Общие требования воинской деятельности к уровню подготовки призывников.
3. Оказание первой медицинской помощи в случае ранения.

Билет 23

1. Приёмы и правила стрельбы из автомата Калашникова.
2. Альтернативная гражданская служба. Порядок прохождения альтернативной гражданской службы.
3. Оказание первой медицинской помощи при остановке сердца.

Билет 24

1. Военно-профессиональная ориентация и её предназначение.
2. Воинская дисциплина и её значение в современных условиях.
3. Способы иммобилизации и переноски пострадавших.

Билет 25

1. Обязанности солдата в бою.
2. Основные положения по приёму гражданской молодёжи в военные образовательные учреждения профессионального образования.
3. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации.

Представленные ниже контрольные вопросы преподаватель-организатор курса ОБЖ может использовать при составлении экзаменационных билетов для девушек, обучавшихся в 10—11 классах по программе «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни». Данные вопросы (по выбору преподавателя) можно вставить в билет вместо первого или второго вопроса.

1. Что следует понимать под здоровьем?
2. Какое место отводится здоровью среди жизненных ценностей человека?
3. Индивидуальное и общественное здоровье, их взаимосвязь.
4. Духовное и физическое здоровье, их взаимосвязь.
5. Основные факторы, оказывающие влияние на здоровье человека.
6. Общие понятия о репродуктивном здоровье человека.
7. Основные критерии, характеризующие уровень репродуктивного здоровья.
8. Взаимосвязь репродуктивного здоровья и демографической обстановки в стране.
9. Какая существует взаимосвязь между социально-демографическими процессами в стране и национальной безопасностью государства?
10. Социальная роль женщины в современном обществе, основные функции жизнедеятельности современной женщины.
11. Что следует понимать под здоровым образом жизни?
12. Значение здорового образа жизни для жизни и здоровья современного человека.
13. Репродуктивная система человека.

14. Как происходит подготовка репродуктивной системы женщины к беременности?
15. Какие признаки дискомфорта появляются у женщины во время менструации?
16. Что такое оплодотворение и где оно происходит у женщины?
17. Что такое наследственные болезни? Их причины и возможные меры профилактики.
18. Как может повлиять здоровье матери на здоровье будущего ребёнка?
19. Окружающая среда и её влияние на здоровье человека.
20. Какое влияние может оказать неблагоприятная окружающая среда на здоровье плода и новорождённого? Доступные меры профилактики.
21. Что мы понимаем под вредными привычками и какое влияние они оказывают на здоровье человека?
22. Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье человека, возможные последствия употребления алкоголя на репродуктивное здоровье женщины.
23. Курение, последствия курения на здоровье матери и ребёнка.
24. Наркомания, её распространение, последствия употребления наркотиков для здоровья беременной женщины и плода.
25. Ранние половые связи, их причина и возможные последствия для здоровья.
26. Какой образ жизни и стиль поведения девушки могут привести к ранним половым связям?
27. Инфекции, передаваемые половым путём, их последствия и меры профилактики.
28. Что такое стресс? Причины, его вызывающие; меры профилактики высокого уровня стресса.
29. Режим дня, труда и отдыха и его влияние на здоровье и работоспособность человека.
30. Рациональное питание и его значение в системе здорового образа жизни человека.
31. Двигательная активность и её значение для здорового человека.
32. Что такое закаливание и каково его влияние на здоровье человека?
33. Основные принципы закаливания, использование факторов окружающей среды для закаливания.
34. Значение соблюдения правил личной гигиены для здоровья человека.
35. Особенности личной гигиены девочки в период полового созревания и женщины в период беременности.
36. Правовые аспекты взаимоотношения полов. Основы семейного права в Российской Федерации.

37. Основные функции семьи.
38. Личные права и обязанности супругов.
39. Законный режим имущества супругов.
40. Договорный режим имущества супругов.
41. Права и обязанности родителей.
42. Алиментные обязанности родителей и детей.
43. Права несовершеннолетних родителей.
44. В каких случаях родители могут быть лишены родительских прав?
45. Основные положения Конвенции ООН «О правах ребёнка».
46. Беременность и гигиена беременности.
47. Влияние здоровья женщины и её образа жизни в период беременности на здоровье будущего ребёнка.
48. Особенности питания женщины в период беременности.
49. Подготовка в семье к рождению ребёнка.
50. Наиболее рациональный режим дня новорождённого.
51. Значение поведения матери для развития новорождённого.
52. Значение грудного вскармливания для новорождённого.
53. Наиболее оптимальный образ жизни матери в первые шесть месяцев жизни ребёнка.

Литература

Акимов В. А. Основы анализа и управления рисков в природной и техногенной сферах: учеб. пособие в системе образования МЧС России и РСЧС / В. А. Акимов и др. — М.: Деловой экспресс, 2004.

Альтшулер В. М. Наркомания: дорога в бездну: кн. для учителей и родителей / В. М. Альтшулер, А. В. Надеждин. — М.: Просвещение, 2000.

Армия государства Российского и защита Отечества / под ред. В. В. Смирнова. — М.: Просвещение, 2004.

Байер К. Здоровый образ жизни / К. Байер, Л. Шейнберг; пер. с англ. — М.: Мир, 1997.

Большой энциклопедический словарь / под ред. А. М. Прохорова. — М.: Большая российская энциклопедия; СПб.: Норинт, 1997.

Васнев В. А. Основы подготовки к военной службе: метод. материалы и документы: кн. для учителя / сост. В. А. Васнев, С. А. Чинённый. — М.: Просвещение, 2002.

Великая Отечественная война. 1941—1945. — М.: Советская энциклопедия, 1985.

Военная доктрина Российской Федерации (утверждена Указом Президента Российской Федерации № 146 от 5 февраля 2010 г.)

Военный энциклопедический словарь. — 2-е изд. — М.: Военное издательство, 1986.

Гражданская защита: энциклопедический словарь / [Ю. Л. Воробьёв и др.; под общ. ред. С. К. Шойгу]. — М.: ДЭКС-ПРЕСС, 2005.

Здоровая семья / пер. с англ. М. Г. Лунко, Д. А. Иванова. — М.: Крон-Пресс, 1994.

Игнатенко А. А. Кто покушается на твои права и свободы...: пособие для учащихся / А. А. Игнатенко; под ред. А. Т. Смирнова, Б. О. Хренникова. — М.: Просвещение, 2010.

Когда не один противостоишь злу...: пособие для учащихся / под ред. А. Т. Смирнова, Б. О. Хренникова. — М.: Просвещение, 2010.

Конституция Российской Федерации (последняя редакция).

Концепция противодействия терроризму (утверждена президентом Российской Федерации 5 октября 2009 г.)

Краткая медицинская энциклопедия. В 2 т. / гл. ред. академик РАМН В. И. Покровский. — М.: Медицинская энциклопедия: Крон-Пресс, 1994.

Мардерфельд В. Л. 500 тестов по учебному курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: пособие для учителя / В. Л. Мардерфельд. — СПб.: Просвещение, 2004.

Мардерфельд В. Л. Раздаточные материалы по учебному курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: пособие для учителя / В. Л. Мардерфельд. — М.: Просвещение, 2004.

Макеева А. Г. Все цвета, кроме чёрного: семейная профилактика наркотизма школьников: кн. для родителей / А. Г. Макеева. — М.: Просвещение, 2005.

На службе Отечеству: об истории Российского государства и его вооружённых силах, традициях, морально-психологических и правовых основах военной службы: кн. для чтения по общественно-государственной подготовке солдат (матросов), сержантов (старшин) ВС РФ / под ред. В. А. Золотарёва, В. В. Марушенко. — 3-е изд. — М.: Русь: РКБ, 1999.

Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации (последняя редакция).

Основы безопасности жизнедеятельности: справочник / [А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, Э. Н. Аюпов; под общ. ред. А. Т. Смирнова]. — М.: Просвещение, 2007.

Основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности населения / [Ю. Л. Воробьёв, В. А. Тучков, Р. А. Дурнев; под общ. ред. Ю. Л. Воробьёва]. — М.: Деловой экспресс, 2006.

Петров С. В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С. В. Петров, В. Г. Бубнов. — М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2000.

Противодействие терроризму: учеб.-метод. пособие / под общ. ред. Ю. С. Паткевича. — Ижевск: Удмуртия, 2004.

Семейный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).

Рыбин А. Л. Обучение правилам дорожного движения: пособие для учителя: 10—11 кл. / А. Л. Рыбин, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под общ. ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2008.

Сальникова И. В. «Свой?» — «Чужой?» А стоит ли делить?: пособие для учащихся / И. В. Сальникова; под ред. А. Т. Смирнова, Б. О. Хренникова. — М.: Просвещение, 2010.

Словарь основных терминов и понятий в сфере борьбы с международным терроризмом и иными проявлениями экстремизма. — М.: Эдиториал УРСС, 2003.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: метод. рекомендации: 5—11 кл. / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2010.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений. В 2 ч. Ч. 1 / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, В. А. Васнев; под общ. ред. А. Т. Смирнова. — 10-е изд. — М.: Просвещение, 2009.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений. В 2 ч. Ч. 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, П. В. Ижевский; под общ. ред. А. Т. Смирнова. — 7-е изд. — М.: Просвещение, 2009.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, В. А. Васнев; под общ. ред. А. Т. Смирнова. — 9-е изд. — М.: Просвещение, 2009.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под общ. ред. А. Т. Смирнова. — 2-е изд. — М.: Просвещение, 2010.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под общ. ред. А. Т. Смирнова. — 2-е изд. — М.: Просвещение, 2010.

Смирнов А. Т. Формирование здорового образа жизни подростков на уроках ОБЖ: метод. пособие / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин. — М.: Вентана-Граф, 2002.

100 вопросов — 100 ответов о прохождении военной службы по призыву и контракту: сб. — М.: Красная звезда, 2006.

Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. // Российское военное обозрение. — 2009. — № 2.

Сухомлинский В. А. Избранные педагогические сочинения. В 2 т. / В. А. Сухомлинский. — М.: Педагогика, 1979.

Терроризм. Это должен знать каждый: рекомендации, разработанные Службой по борьбе с терроризмом Управления ФСБ России / под ред. А. А. Кокорева. — М.: Изограф, 2000.

Тупикин Е. И. Основы безопасности жизнедеятельности: тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10—11 кл. / Е. И. Тупикин, А. Т. Смирнов; под общ. ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2002.

Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).

Федеральные законы: «О гражданской обороне», «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателей», «О пожарной безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об обороне», «О безопасности», «О противодействии экстремистской деятельности», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О воинской обязанности и военной службе», «О противодействии терроризму», «О днях воинской славы и памятных датах России» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. — М., 1998; 2003—2009.

Хренников Б. О. Основы безопасности жизнедеятельности: сборник ситуативных задач: 10—11 кл. / Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, М. В. Маслов; под. ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2010.

Чрезвычайные ситуации: энциклопедия школьника / под общ. ред. С. К. Шойгу. — М., 2004.

Энциклопедия для детей. Т. 3. География / сост. С. Т. Исмаилова. — М.: Аванта+, 1994.

Энциклопедия для детей. Т. 4. Геология / сост. С. Т. Исмаилова. — М.: Аванта+, 1995.

Эталоны (правильные ответы)

ОТВЕТЫ НА ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ 10 КЛАССА

16. а.
17. «_____вынужденным».
18. 1в; 1г; 1д; 1ж; 2а, 2б, 2е.
19. б, г, а, в, д.
20. в.
21. «_____большого привала».
22. 1а, 1б, 1ж, 1л, 2в, 2г, 2д, 2е, 2з, 2и, 2к, 2м.
23. б, г, д, а, в.
24. б.
25. «_____его сигналами».
26. 1б, 1з, 1к, 1м, 1н, 2а, 2в, 2г, 2д, 2е, 2ж, 2з, 2и, 2л, 2о.
27. б, г, в, д, а, е, ж, з.
28. г.
29. «_____собственной беспечности_____».
30. 1а, 1д, 1ж, 1з, 2б, 2в, 2г, 2е.
31. б, е, а, д, в, г.
32. а, б, д.
33. «_____идеология_____».
34. 1а, 1б, 1ж, 1з, 1к, 2в, 2г, 2д, 2е, 2и.
35. б, ж, в, д, г, е, з, и, к, а.
36. в, г, д.
37. «_____жертвам_____».
38. 1г, 1ж, 1н, 2а, 2б, 2в, 2д, 2е, 2з, 2и, 2к, 2л, 2м.
39. а, в, г, д, з, и, е, ж, б.
40. б, в, г.
41. «_____возвышенных_____».
42. 1к, 2а, 3в, 4л, 5м, 6г, 7д, 8е, 9и, 10ж, 11з, 12б.
43. в, б, г, д, е, а, ж.
44. б, г.
45. «_____излишней спешки _____суеты».
46. 1а, 1д, 1е, 2в, 2г, 2ж, 2з, 2и.
47. б, в, г, з, д, е, а, ж.
48. а.
49. «Эвакуация_____».
50. 1в, 1е, 1ж, 2г, 2д, 2и, 3а, 3б, 3з, 3к.
51. в, г, д, е, а, ж, б.
52. б, в, д.
53. «_____массированного_____».
54. 1а, 1г, 1д, 2б, 2в, 2е, 2ж.
55. ж, б, в, г, а, д, е, з.
56. а.
57. «Наркомания_____».
58. 1в, 2б, 3г, 4д, 5а, 6ж, 7е.
59. а, г, д, е, ж, б, з, в.
60. г.
61. а, в, е.
62. а.
63. «_____инфекционными заболеваниями».

90. в.
91. «_____ Правительство Российской Федерации».
92. 1а, 2в, 3б, 4д, 5г.
93. г, а, в, к, д, е, ж, л, з, б, л.
94. в.
95. «_____ речевая_____».
96. 1б, 1г, 1д, 1ж, 2а, 2в, 2е, 2з, 2и, 2к.
97. а, в, б, г, е, ж, з, и, д.
98. в.
99. «_____ эвакуационная комиссия_____».
100. 1а, 1б, 1г, 1д, 1ж, 2в, 2е, 2з, 2и, 2к.
101. а, з, и, в, г, д, е, б, ж.
102. б.
103. «_____ внешней агрессии».
104. 1д, 2 г, 3а, 4з, 5б, 6м, 7в, 8е, 9и, 10ж, 11л, 12п, 13н, 14к, 15р, 16о.
105. б, а, з, в, г, е, ж, и, д.
106. б.
107. «_____ военнослужащих_____ гражданского персонала».
108. 1г, 2а, 3в, 4е, 5б, 6д.
109. б, д, в, г, и, к, е, ж, а, з.
110. а.
111. «_____ наступление_____ вторжение_____».
112. 1г, 2в, 3а, 4е, 5б, 6д.
113. а, м, н, о, г, в, д, б, ж, з, и, е, к, л.
114. г.
115. «_____ ракетные комплексы».
116. 1а, 1г, 1д, 1ж, 1и, 2б, 2в, 2е, 2з, 2к.
117. б, в, д, е, ж, а, г.
118. -в.
119. «_____ Конституцией Российской Федерации».
120. б, в, а, д, е, г.
121. б.
122. «_____ казармах».
123. 1а, 2б.
124. г, б, а, в, е, д, ж.
125. б.
126. «_____ сержантов_____».
127. з, д, ж, е, б, а, г, в.
128. е, б, в, г, д, ж, а, з.
129. в.
130. «_____ стойка».
131. е, в, г, и, а, ж, б, з, д.
132. б, а, г, д, е, ж, з, к, и, л, в.

ОТВЕТЫ НА ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ 11 КЛАССА

15. б.
16. «_____ разрешено».
17. 1в, 2б, 3а.
18. д, в, б, г, е, ж, з, и, к, л, а.

19. а.
20. « _____ бдительность _ наблюдательность _____ ».
21. в, з, г, д, е, ж, м, и, б, а, к, л.
22. г.
23. « _____ здоровье _____ жизнь ».
39. а.
40. « _____ личной гигиеной ».
41. « _____ венерическими заболеваниями ».
42. б, а, в, г, е, д.
43. 1а, 2в, 3б.
44. в.
45. « _____ генитальным герпесом ».
46. 1д, 2г, 3в, 4б, 5а.
47. б, г, д.
48. « СПИД _____ ».
49. б, д, в, г, а, е.
50. б, в.
51. « _____ восемнадцать _____ ».
52. ж, в, г, а, д, е, б, з.
53. г.
54. « _____ сердца ».
55. в, б, е, д, ж, а, г.
56. 1а, 2б.
57. в, г, е, ж, д, а, б.
95. г.
96. г.
97. а, в, г.
98. б, л, а, в, д, е, ж, з, г, к.
99. б, г, в, а.
100. г.
101. « СИЛОВЫМИ _____ ».
102. 1д, 1е, 1ж, 1и, 1л, 2а, 2г, 2к, 3б, 3в, 3з, 3л, 3м.
103. а, е, б, г, д, ж, в.
104. г.
105. « _____ форма _____ знаки _____ ».
106. в.
107. 1д, 2б, 3в, 4а, 5г.
108. б, в, д, ж, а, е, г.
109. б.
110. « _____ мужского пола, _____ ».
111. а.
112. « _____, физическая _____ ».
113. а, з, и, в, г, е, д, б, ж, к.
114. б.
115. « _____ отставку ».
116. ж, б, в, д, е, з, и, к, а, г.
117. б.
118. « начальниками _____ подчинёнными ».
119. и, б, г, а, д, е, ж, з, к, в.
120. г.
121. « _____ профессию ».
122. 1б, 2а.
123. « _____ любом населённом пункте России ».

124. «_____ военные преступления».
125. 1а, 2г, 3д, 4в, 5б.
126. а.
127. 1г, 2а, 3б, 4в.
128. е, б, в, а, г, д.
129. а, б.
130. ж, е, д, г, в, б, а.
131. г.
132. «_____ боевой».
133. 1б, 2а, 3в.
134. б, в, г, е, з, ж, и, а.
135. в.
136. «_____ должности».
137. а, в, б, г, е, и, ж, з, д.
138. в.
139. «_____ уставные взаимоотношения _____».
140. 1а, 2в, 3б.
141. в, г, е, ж, а, б, д.
142. г.
143. «_____ почётный знак _____».
144. б.
145. «_____ маршем».
146. в.
147. «_____ медицинское _____».
148. 1г, 2б, 3а, 4е, 4и, 5в, 5д, 5к, 6ж, 6з.
149. г.
150. «_____ должности _____».
151. а.
152. а.
153. а.
154. «_____ присутствии _____».

**ОТВЕТЫ НА ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ СТАРШЕКЛАССНИЦ
(по разделу «Основы медицинских знаний и здорового
образа жизни»)**

220. Благополучие; счастье.
221. в.
222. Индивидуальной; общественной.
223. Наследственность; окружающей среды.
224. Важными; здоровья; благополучия.
225. в.
226. Смену поколений.
227. Поколений.
228. Репродуктивное здоровье.
229. Здоровья; способность; рождения; воспитания; развитие.
230. Семья.
231. а.
232. Репродуктивную.
233. в.
234. б.
235. а.

236. б.
237. а.
238. в.
239. в.
240. г.
241. а.
242. Благополучие; уровень; репродуктивного; демографическую.
243. в.
244. б.
245. Здоровый; долголетие.
246. Здоровья.
247. «_____ динамичная _____ факторов _____ алгоритма _____ особенностей _____».
248. «_____ удовольствия».
249. «_____ детородной _____».
250. «_____ беременности».
251. «_____ месячным _____ менструальными».
252. «Влагалище _____».
253. «— эстроген и прогестерон».
254. «_____ фолликулом _____».
255. а.
256. «_____ зародыш».
257. «_____ оплодотворение».
258. «_____ белое _____ яичнике _____».
259. «_____ генетическую _____».
260. «Хромосомы _____».
261. а.
262. «_____ мужской _____».
263. «_____ бластоцистой».
264. «_____ плацентой _____».
265. «_____ пуповины».
266. «_____ хромосомными _____ генными _____».
267. «Мутация _____».
268. «_____ генетической _____ наследственной _____».
269. «_____ менделирующие _____».
270. г.
271. «_____ числа _____».
272. б.
273. «_____ дополнительной _____».
274. «_____ третьей _____».
275. «Мультифакториальные _____».
276. «_____ генетического _____».
277. «_____ диагноза _____».
278. «_____ физического _____».
279. «_____ внутриутробное _____».
280. «Резус-несовместимость _____».
281. «Резус-фактор _____».
282. «Антигены _____».
283. «_____ положительной _____».
284. «_____ отрицательной _____».
285. г.
286. «_____ отрицательная _____».
287. «_____ женской консультации».

288. « _____ 7—8 недель _____ ».
289. « _____ женскую консультацию _____ ».
290. « _____ окружающей ».
291. « _____ токсичные _____ ».
292. « _____ ресурсов ».
293. « _____ автомобилей ».
294. в.
295. а.
296. «Пестициды _____ ».
297. « _____ загрязнителям _____ ».
298. « _____ атомных _____ радиоактивных _____ осадки _____ ».
299. г.
300. «Период полураспада — _____ ».
301. « _____ генетического _____ ».
302. « _____ мутагенов ».
303. « _____ антимутагенами ».
304. « _____ комплексе ».
305. «Алкоголь _____ ».
306. «Алкоголь _____ ».
307. « _____ гепатит и цирроз _____ ».
308. «Курение табака _____ ».
309. « _____ никотин _____ ».
310. а.
311. « _____ табачного дёгтя _____ ».
312. « _____ нервную систему ».
313. «Аммиак _____ ».
314. в.
315. 1а, 2в, 3г, 4б.
316. «Пассивное курение — _____ ».
317. г.
318. « _____ кровотечение ».
319. «Наркомания — _____ ».
320. « _____ опийной _____ ».
321. « _____ бессонница _____ депрессия ».
322. « _____ гашишизме _____ ».
323. « _____ наркоманом _____ ».
324. « _____ репродуктивное _____ ».
325. « _____ 25—35 _____ 24—40 _____ ».
326. а.
327. 1а, 2в, 3б, 4д, 5г.
328. г.
329. б.
330. 1г, 2в, 3б, 4е, 5а, 6д.
331. « _____ стресс ».
332. « _____ синдромом, _____ стрессор ».
333. в.
334. г.
335. « _____ реакция _____ ».
336. «Дистресс _____ ».
337. «Психологическая уравновешенность _____ ».
338. а, б, г, е.
339. б.
340. « _____ ритме _____ ».

341. Здоровья.
342. а.
343. «Отдых _____».
344. «_____ питания _____».
345. «_____ ритмов».
346. а.
347. «_____ распорядок (режим) _____».
348. «_____ самоконтроль _____».
349. а, б, в, г, е.
350. «_____ утомления».
351. «Углеводами _____».
352. в.
353. «_____ полисахариды _____».
354. б.
355. «Витамины _____».
356. «Витамины _____».
357. б.
358. а.
359. а.
360. а.
361. в.
362. а.
363. «_____ поражения _____ инфекционных _____».
364. б.
365. «_____ нервных _____».
366. а.
367. а.
368. г.
369. в.
370. «Закаливание _____».
371. б.
372. «_____ плавать».
373. «_____ моржевание».
374. «_____ теплопроводности».
375. «_____ воздушные ванны».
376. «_____ нервной _____».
377. «Гигиена _____».
378. «Личная гигиена _____».
379. «Кожа _____».
380. г.
381. «Роговой _____».
382. б.
383. «_____ чистоте».
384. «_____ крем».
385. а.
386. «_____ кариес».
387. г.
388. «Волосы _____ тепла».
389. «_____ поколений».
390. «_____ поколений _____».
391. «Семья _____».
392. «Брак _____».
393. б.

394. г.
395. а.
396. «_____ счастье _____».
397. «_____ отцов _____ матерей».
398. «Воспитательная _____».
399. «_____ бюджет».
400. «_____ планировать».
401. «_____ активными _____».
402. «_____ спортивное _____».
403. «Активный _____».
404. «_____ гражданина _____».
405. «Забота _____ любовь _____».
406. б.
407. «_____ общества».
408. г.
409. «_____ христианства _____».
410. «_____ муж _____ жена _____».
411. «_____ хозяйственно-бытовой _____».
412. а.
413. «_____ государства».
414. в.
415. б.
416. а.
417. «_____ собственности».
418. «Брачным договором _____».
419. б.
420. «_____ ЗАГСе».
421. г.
422. «_____ взаимного согласия _____».
423. § _____ равные права _____».
424. в.
425. «_____ судебном _____».
426. «_____ опекун _____».
427. а.
428. г.
429. «_____ родительских прав _____».
430. «_____ алиментов _____».
431. «_____ объеме».
432. «Беременность _____».
433. в.
434. а.
435. «_____ зиготы».
436. «_____ зародыш _____ имплантация».
437. а.
438. б.
439. 1в, 2б, 3г, 4а.
440. в.
441. а.
442. «_____ сильными _____ регулярными _____».
443. «_____ место работы _____ должность».
444. «_____ компьютером».
445. «_____ беременности».
446. в.

447. « _____ овощей _____ фруктов».
448. 1бд, 2б, 3аб, 4аб, 5аб, 6аб, 7абвгд, 8абвд, 9бвд, 10бвд, 11авд, 12а, 13а, 14г, 15ав, 16а, 17вгд, 18вгд.
449. « _____ избыток _____».
450. а.
451. « _____ зачатия».
452. « _____ чистоты».
453. б.
454. а.
455. г.
456. « _____ социального _____».
457. « _____ общения».
458. « _____ режим».
459. 1г, 2а, 3г, 4б.
460. « _____ засыпанию _____».
461. б.
462. « _____ молозиво _____».
463. « _____ кишечных инфекций».
464. « _____ иммунную _____».
465. « _____ ребёнка».
466. « _____ возбудителями _____ циклическим _____ иммунитета».
467. а.
468. Повреждающее действие на органы и ткани обусловлено токсином, выделяемым возбудителем дифтерии в месте его внедрения.
469. « _____ коринебактерии _____».
470. в.
471. б.
472. « _____ доноров».
473. г.
474. а.
475. а.
476. г.
477. « _____ воздушно-капельным _____».
478. « _____ материнский (семейный) _____».
479. б.
480. б.
481. « _____ человек, больной дизентерией».
482. а.
483. « _____ поражения нервной системы».
484. в.
485. « _____ яды».
486. « _____ паразитом кишечника».
487. « _____ рыбы».
488. в.
489. 1в, 2а, 3д, 4б, 5г.
490. « _____ образа жизни».
491. 1абвгези, 2бвжзик, 3абвдик, 4абвз, 5абви, 6дк.
492. в.
493. д.
494. « _____ нарушением _____ недостаточности _____».
495. б.
496. « _____ практическим навыкам _____».
497. а.

498. в.
499. «_____ развитию _____».
500. 1в, 2г, 3а, 4б.
501. Ишемическая болезнь сердца; артериальная гипертензия (гипертония).
502. «Травмой _____».
503. «Раны _____».
504. «_____ инфекцией».
505. «_____ сепсиса _____ газовой гангрены».
506. «Ушибленная _____».
507. «_____ загрязнены».
508. «_____ скальпированных _____».
509. «_____ бешенства».
510. «_____ микробов (бактерий, инфекции) _____».
511. 1в, 2г, 3б, 4а.
512. «_____ микробов _____ рану».
513. 1г, 2в, 3а, 4б.
514. «_____ давящей повязкой».
515. е, ж, а, д, б, г, в.
516. «_____ забинтовывают _____».
517. «_____ отморожение».
518. «_____ размножение _____».
519. «_____ венозный _____ венозное _____».
520. «_____ марлевым шариком _____».
521. б, в, г.
522. «_____ повязкой _____».
523. «_____ лицом _____».
524. «_____ диаметру _____».
525. «_____ прямой _____».
526. «_____ узкого _____ широкому».
527. «_____ витком».
528. «_____ началом».
529. 1б, 2а, 3в.
530. «_____ лицом _____».
531. б.
532. а.
533. «_____ равномерно _____».
534. «_____ ширины».
535. «_____ противоположной _____».
536. б, е, д, а, в, з, г, ж.
537. а, г, в, б, д, е.
538. г.
539. «_____ шока».
540. «_____ иммобилизация _____».
541. «_____ травматизации».
542. «_____ открытый _____».
543. «_____ травма _____».
544. в.
545. г, е, з, в, д, б, а, ж.
546. «_____ воды _____ марганцовки».
547. Слабительные средства; клизма.
548. «_____ нейтральное _____».
549. «_____ самолечении _____».

550. 1б, 2в, 3а, 4г.
551. « _____ промывания».
552. « _____ питье _____ мочегонные _____».
553. « _____ центральной нервной системы _____ регуляции _____».
554. а, г, д.
555. « _____ сердца _____ артериального _____».
556. в.
557. а.
558. б.
559. б.
560. « _____ этиловый _____».
561. « _____ наркотическим _____».
562. « _____ уменьшается».
563. «Никотинизм _____».
564. « _____ наркомании».
565. « _____ меньше».
566. г.
567. б.
568. « _____ воде _____».
569. «Угарный _____».
570. а.
571. « _____ кислородом».
572. в, д, е, б, г, а.
573. « _____ помощь _____».
574. « _____ холоде».
575. 1г, 2б, 3а, 4в.
576. « _____ конечности».
577. « _____ кровообращения _____ согревание».
578. а.
579. « _____ температуры _____».
580. « _____ замерзание _____ гибели».
581. « _____ алкогольном опьянении».
582. « _____ холодную воду».
583. г.
584. 1в, 2а, 3б, 4г.
585. б.
586. « _____ перегревани́ем _____».
587. « _____ перегрева _____ крови».
588. в, а, г, з, д, б, е, ж.
589. « _____ травм».
590. « _____ мокрые _____ влажная _____».
591. « _____ дыхания _____ сердца».
592. « _____ скорую помощь».
593. « _____ боли _____ шока».
594. а.
595. г.
596. « _____ кровообращения _____ насосной _____».
597. и, а, д, к, б, з, ж, е, г, в.
598. 1абл, 2вг, 3д, 4е, 5ж, 6и, 7бк.

Содержание

Введение	3
Особенности контроля качества знаний учащихся по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» при модульной структуре его построения	4
Проверочные и тестовые задания для 10 класса	10
Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства	—
Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	24
Модуль III. Обеспечение военной безопасности государства	25
Проверочные и тестовые задания для 11 класса	39
Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства	—
Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	42
Модуль III. Обеспечение военной безопасности государства	46
Проверочные и тестовые задания для старшеклассниц (по учебнику «Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Часть 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»)	62
Демонстрационные варианты блок-тестов как примеры для составления проверочных работ	123
Темы рефератов	133
Примерные экзаменационные билеты для 11 класса	137
Литература	145
Эталоны (правильные ответы)	148

A

Российская академия наук
Российская академия образования
Издательство «Просвещение»



БАЗОВЫЙ
УРОВЕНЬ



Сборник содержит ситуативные задачи, которые преподаватель может использовать для контроля качества знаний учащихся средней школы. Сборник структурирован в соответствии с принципом модульного построения содержания курса ОБЖ. Книга входит в учебно-методический комплект, разработанный в соответствии с Государственным образовательным стандартом общего образования второго поколения.

Учебно-методический комплект для 10–11 классов под редакцией А. Т. Смирнова включает:

- комплексную программу
- учебники для 10 и 11 классов
- учебник «ОБЖ. 10 класс. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» для старшеклассниц
- методические рекомендации
- поурочные разработки
- тестовый контроль
- ситуативные задачи

ISBN 978-5-09-019420-4



9 785090 194204



ПРОСВЕЩЕНИЕ
ИЗДАТЕЛЬСТВО