


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Рузавина Татьяна Александровна
Должность: Директор филиал
Дата подписания: 22.05.2021 08:59:33
Уникальный программный ключ:
6e9bfd4db03e55a588176269c6842b05b7661db161c0e490b6a201bb50668e6f

Приложение № 5
К ППСЗ по специальности 23.02.06
Техническая эксплуатация железных
дорог

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
для специальности
23.02.06 Техническая эксплуатация железных дорог
Уровень подготовки базовый
Год начала подготовки - 2020**

2020

Фонд оценочных средств разработан в соответствии Федеральным государственным образовательным стандартам по специальности СПО 23.02.06 Техническая эксплуатация железных дорог и с учетом рабочей программы учебной дисциплины ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности и Положения о формировании фонда оценочных средств для проведения текущего контроля, промежуточной и государственной итоговой аттестации лиц, обучающихся по программам среднего профессионального образования в СамГУПС (№ 196 от 18.03.2020 г.)

Согласовано: Заместитель директора по учебной работе  (Т.Ю.Базилевич)
25 мая 2020г

Рассмотрено на заседании предметной (цикловой) комиссии физического воспитания и БЖ
протокол № 7 от «20» мая 2020 г.

Председатель  В.А. Загубин

Согласовано: Методическим советом филиала
Протокол № 6 от «25» мая 2020 г.

Разработчики:

филиал СамГУПС в г. Алатыре преподаватель

М.В.Шепелев

СОДЕРЖАНИЕ	Стр.
1. Паспорт фонда оценочных средств	4-5
2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке	4-7
3. Оценка освоения учебной дисциплины	7
3.1. Формы и методы оценивания	8-9
3.2. Типовые задания для оценки освоения учебной дисциплины	10-12
4. Контрольно-оценочные материалы для итоговой аттестации по учебной дисциплине	12-20
5. Основная и дополнительная литература	21

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию:

уметь:

У1. Владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

У2. Владеть навыками в области гражданской обороны;

У3. Пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты

У4. Оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:

У5. Ведение здорового образа жизни;

У6. Оказывать первую медицинскую помощь;

У7. Развивать в себе духовные и физические качества, необходимые для военной службы;

У8. Вызывать (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

У9. Соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);

У10. Адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;

У11. Прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);

У12. Понимать взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

знать:

З1. основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

З2. потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

З3. основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

З4. основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;

З5. порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;

З6. состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;

37. основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
38. основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
39. требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
310. предназначение, структуру и задачи РСЧС;
311. предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.
- Формой аттестации по учебной дисциплине является **дифференцированный зачет**.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

2.1. В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих компетенций:

Таблица 1

Результаты обучения: умения, знания	Показатели оценки результата	Форма контроля и оценивания
Уметь:		
У 1. Уметь владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	Владение способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера Оказывать первую медицинскую помощь. Вызов (обращение за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
У2. Уметь пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты	Использование средств индивидуальной и коллективной защиты	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
У3. Уметь оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.	Оценка уровня своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование

У4. Оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе; использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:	Оценка уровня подготовки к военной службе.	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
У5. Ведение здорового образа жизни;	Оценка здорового образа жизни	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
У6. Оказания первой медицинской помощи;	Владеет навыками оказания первой помощи	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
У7. Развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;	Развивает в себе духовные и физические знания, для военной службы	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
У8. Вызывать (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи	Владеть навыками обращения за помощью к соответствующей службе помощи.	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
У9. Соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);	Соблюдает правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
У10. Адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;	Оценивает транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование

У11. Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование	Прогнозирует последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
У12. Понимать взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.	Понимает взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
Знать:		
31. Знать основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него. И1. Использовать приобретенное знание в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	Демонстрация знания основных составляющих здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; знания о репродуктивном здоровье и факторах, влияющих на него. Ведение здорового образа жизни.	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
32. Знать потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания	Демонстрация знания потенциальных опасностей природного, техногенного и социального происхождения, характерных для региона проживания	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
33. Знать основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	Демонстрация знания основных задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
34. Знать основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан	Демонстрация знания основ российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
35. Знать порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского	Демонстрация знания порядка первоначальной постановки на воинский учет, медицинского	Наблюдение, контроль выполнения

освидетельствования, призыва на военную службу	освидетельствования, призыва на военную службу	самостоятельной и практической работы, тестирование
36. Знать состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации	Демонстрация знания состава и предназначения Вооруженных Сил Российской Федерации	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
37. Знать основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе	Демонстрация знания основных прав и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
38. Знать основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы	Демонстрация знания основных видов военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
39. Знать требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника.	Демонстрация знания требований, предъявляемых военной службой к уровню подготовленности призывника	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
310. Знать предназначение, структуру и задачи РСЧС	Демонстрация знания предназначения, структуры и задач РСЧС. Вызов (обращение за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
311. Знать предназначение, структуру и задачи гражданской обороны	Демонстрация знания предназначения, структуры и задач гражданской обороны	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование

3. ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ:

3.1. Формы и методы оценивания

Предметом оценки служат умения и знания, предусмотренные ФГОС по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности», направленные на использование в практической деятельности и повседневной жизни, на формирование общих и профессиональных компетенций.

Таблица 2. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Форма контроля	Проверяемые У, З	Форма контроля	Проверяемые У, З
Раздел 1				
Тема 1.1	<i>1. Самостоятельная работа</i>	<i>31</i>		
Раздел 2				
Тема 2.1	<i>2. Практическое занятие</i>	<i>32</i>		
Тема 2.2.	<i>3. Практическая работа 4. Самостоятельная работа</i>	<i>У1, 32</i>		
Тема 2.3.	<i>5. Практическое занятие 6. Самостоятельная работа</i>	<i>У1, 32</i>		
Тема 2.4.	<i>7. Практическое занятие 8. Самостоятельная работа</i>	<i>У1, 32</i>		
Раздел 3				
Тема 3.1	<i>9. Самостоятельная работа</i>	<i>У1, У2, 32, 33</i>		
			<i>Контрольная работа</i>	<i>У1, У2, 32, 33</i>
Тема 3.2.	<i>10. Самостоятельная работа</i>	<i>У1, У2, 32, 33</i>		
Тема 3.3.	<i>11. Устный опрос</i>	<i>У1, У2, 32, 33, 310, 311</i>		
Раздел 4				
Тема 4.1.	<i>12. Самостоятельная работа</i>	<i>36</i>		
Тема 4.2.	<i>13. Практическое занятие 14. Самостоятельная работа</i>	<i>У3, 34, 35, 37</i>		
Тема 4.3.	<i>15. Практическое занятие 16. Самостоятельная работа</i>	<i>36</i>		
Тема 4.4.	<i>17. Практическое занятие</i>	<i>У3, 34, 37, 38, 39</i>		
Дисциплина в целом			<i>Дифференцированный зачет</i>	<i>У 1-3, З 1-11</i>

3.2. Задания для оценки освоения учебной дисциплины

3.2.1. Задания для оценки (текущий контроль)

Задание 1. СРС:Подготовить рефераты по темам:

- Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности.
- Здоровый образ жизни основа укрепления и сохранения личного здоровья.

Проверяемые результаты обучения:31

Время выполнения задания 3 ч.

Задание 2:Практические работы:

1. Изучение основных положений организации рационального питания и методов его гигиенической оценки.
2. Изучение физиологических норм питания, принятых и дифференцированных для различных групп населения.

Самостоятельные работы: - Изучение лекционного материала

Время выполнения задания 6 ч.

Задание 3:Самостоятельные работы:

подготовить презентации по темам:

- Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
- Табачный дым и его составные части.
- Пассивное курение и его влияние на здоровье.
- Наркотики и их пагубное воздействие на организм человека.
- подготовка рефератов на темы:
- Витамины и их влияние на организм человека.
- Воздействие музыки на организм человека.
- Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
- подготовка сообщений на темы:
- Стресс и его влияние на организм человека.
- Пути повышения умственной и физической работоспособности.
- Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
- Негативные факторы производственной среды.
- Техносфера как источник негативных факторов.
- Воздействие негативных факторов на человека и среду обитания.

Время выполнения задания 12 ч.

Задание 4. Самостоятельная работа:

Подготовить презентацию на тему:

- профилактика инфекционных заболеваний.

Время выполнения задания 1 ч.

Задание 5:Самостоятельные работы: - Изучение лекционного материала

Время выполнения задания 5 ч.

Задание 6. Самостоятельные работы:

- изучение опорного конспекта
- Изучение лекционного материала

Время выполнения задания 3 ч.

Задание 7: Практические работы:

1. Отработка норматива одевания индивидуальных средств защиты органов дыхания.
2. Отработка норматива на одевание средств индивидуальной защиты кожи с обучающимися.

Время выполнения задания 2 ч.

Задание 8. Практические работы:

1. Применение профессиональных знаний при прохождении воинской службы по призыву в соответствии с полученной профессией.
2. Изучение способов бесконфликтного общения в условиях военной службы.
3. Изучение прохождения военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией.

Время выполнения задания 3 ч.

Задание 9. Самостоятельные работы:

подготовить сообщения по темам:

- Организация обороны РФ.
- Военнослужащий-патриот с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества.

Время выполнения задания 2 ч.

Задание 10. Практические занятия:

1. Изучение оказания первой медицинской помощи при ушибах, растяжениях, вывихах.
2. Изучение оказания медицинской помощи при ранениях.
3. Изучение оказания медицинской помощи при кровотечениях.
4. Отработка правильности наложения жгута, давящей повязки при кровотечениях.
5. Изучение оказания медицинской помощи при переломах.
6. Изучение оказания медицинской помощи при травматическом шоке.
7. Отработка правильности наложение шин и транспортировка пострадавших при переломах.
8. Изучение оказания медицинской помощи при поражении электрическим током.
9. Изучение оказания медицинской помощи при обморожениях.

Самостоятельные работы: Изучение лекционного материала на тему: «правила оказания первой медицинской помощи.»

Время выполнения задания 14 ч.

Задание 11. Дифференцированный зачет

Время выполнения задания 1 ч.

Критерии оценки:

«отлично», если студент показал глубокие и твердые знания программного материала, быстро принимает правильные решения, четко подает команды, безусловно владеет приемами работы на технике и уверенно выполняет установленные нормативы;

«хорошо», если студент твердо знает программный материал, грамотно и без ошибок его излагает, правильно применяет полученные знания к решению практических задач, уверенно владеет приемами работы с материальной частью техники, имеет прочные навыки в выполнении установленных нормативов;

«удовлетворительно», если студент имеет знания только основного материала, требует в отдельных случаях дополнительных (наводящих) вопросов для полного ответа, допускает неточности или неуверенно подает команды, неуверенно выполняет приемы при работе с материальной частью техники и нормативы

«неудовлетворительно», если студент допускает грубые ошибки при ответе на поставленные вопросы, не может применить полученные знания на практике, имеет низкие навыки в работе на технике, не выполняет на оценку «удовлетворительно» установленные нормативы.

Индивидуальная оценка студентам объявляется сразу после выполнения упражнения, задачи, норматива; на групповых занятиях - в конце занятия.

3.2.2. Задание для оценки знаний (промежуточный контроль)

3.2.2.1 по разделу Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья.

Письменная контрольная работа (тестирование)

Тест-задание

1. Вопрос: Что такое личная гигиена?

- а. Перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний.
- б. Совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья.
- в. Правила ухода за телом, кожей, зубами.
- г. Выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний.

2. Вопрос: Что такое здоровый образ жизни?

- а. Перечень мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья
- б. Лечебно-физкультурный оздоровительный комплекс

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

г. Регулярные занятия физкультурой

3. Вопрос: Что такое режим дня?

а. Порядок выполнения повседневных дел

б. Установленного распорядок жизни человека, включающий в себя труд, питание, отдых и сон

в. Перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения

г. Строгое соблюдение определенных правил

4. Вопрос: Что такое рациональное питание?

а. Питание, распределенное по времени принятия пищи

б. Питание с учетом потребностей организма

в. Питание определенным набором продуктов питания

г. Питание с определенным соотношением питательных веществ

5. Вопрос: Что такое закаливание?

а. Повышение устойчивости организма к факторам среды, путем систематического их воздействия на организм.

б. Длительное пребывание на холоде, с целью привыкания к низким температурам

в. Перечень процедур для воздействия на организм холода

г. Купание в зимнее время

6. Вопрос: Назовите основные двигательные качества?

а. Умение играть в спортивные игры, бегать и выполнять гимнастические упражнения.

б. Количество движений в единицу времени, максимальная амплитуда движений, мышечная сила.

в. Гибкость, выносливость, скоростные и силовые качества.

г. Состояние мышц, выражающая их готовность к выполнению движений.

7. Вопрос: Прежде всего, от табачного дыма страдает?

а) Опорно-двигательный аппарат,

б) Легочная система,

в) Мозговая активность;

8. Вопрос: Кто такой "Пассивный курильщик"?

а) Человек, выкуривающий 1-2 сигареты в день,

б) Человек находящийся в помещении с курильщиком,

в) Человек, выкуривающий менее 2 сигарет в месяц,

г) Человек, выкуривающий более пачки в день;

9. Вопрос: Спирт главным образом действует на?

а) Опорно-двигательный аппарат,

б) Нервную систему,

в) Легочную систему,

г) Костную ткань;

10. Вопрос: Влияет ли алкоголь на железы внутренней секреции?

а) Влияет, но незначительно,

- б) Не влияет,
- в) Влияет;

11. Вопрос: Основными признаками наркомании и токсикомании являются?

- а) Психическая зависимость,
- б) Физическая зависимость,
- в) Хорошее настроение,
- г) Изменение чувствительности к наркотику;

12. Вопрос: Признаками наркотического отравления являются?

- а) Насморк,
- б) Сужение зрачков,
- в) Покраснение кожи,
- г) Головокружение;

13. Вопрос: Признаками алкогольного отравления являются?

- а) Головокружение, б) Возбуждение или депрессивное состояние, в) Нарушение речи, г) Ухудшение слуха, д) Тошнота и рвота

3.2.2.2 по разделу Изучение Государственной системы обеспечения безопасности населения.

Письменная контрольная работа(тестирование)

Тест-задание

Как действовать по сигналу “Внимание всем!”?

- а). Надеть средства защиты и покинуть помещение.
- б). Включить радио, телевизор и прослушать информацию.
- в). Быстро направиться в укрытие.

Что такое чрезвычайная ситуация?

- а) особо сложное социальное явление
- б) определенное состояние окружающей природной среды
- в) обстановка на определенной территории, которая может повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью, значительные материальные потери и нарушения условий жизнедеятельности.

Чем характеризуется каждая ЧС?

- а) Химической сущностью
- б) физической сущностью
- в) своими, только ей присущими причинами возникновения
- г) особенностями воздействия на человека и среду обитания

Как подразделяются ЧС по характеру источника?

- а) на природные и техногенные
- б) на экологические
- в) на биолого-социальные
- г) на военные

Что является основным источником ЧС природного характера?

- а) магнитные бури
- б) антропогенное воздействие
- в) стихийные бедствия
- г) биологические процессы

Как различают (классифицируют) техногенные ЧС?

- а) по количеству погибших
- б) по месту возникновения
- в) по причине возникновения
- г) по характеру основных поражающих факторов

Как называется крупная авария, приведшая к человеческим жертвам?

- а) беда
- б) авария
- в) коллапс
- г) катастрофа

Что представляет собой транспортная авария?

- а) уничтожение и повреждение транспортных сооружений и средств
- б) происшествие, повлекшее за собой уничтожение и повреждение транспортных сооружений и средств или ущерб окружающей среде
- в) происшествие, повлекшее за собой причинение пострадавшим тяжелых телесных повреждений
- г) происшествие, повлекшее за собой гибель людей

Химическое оружие – это:

- а) оружие массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах некоторых химических веществ;
- б) оружие массового поражения, действие которого основано на изменении состава воздушной среды в зоне заражения;
- в) оружие массового поражения, действие которого основано на применении биологических средств.

Какими путями отравляющие вещества (ОВ) проникают в организм человека:

- а) в результате вдыхания заражённого воздуха, попадания ОВ в глаза, на кожу или при употреблении заражённой пищи и воды;
- б) в результате их попадания на одежду, обувь и головные уборы;
- в) в результате их попадания на средства защиты кожи и органов дыхания.

Ядерное оружие – это:

- а) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землёй (под водой);
- б) оружие массового поражения, основанное на использовании светового излучения за счёт возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, состоящего из ультрафиолетовых, видимых и инфракрасных лучей;
- в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.

Наибольшую опасность радиоактивные вещества представляют:

- а) в первые часы после выпадения;
- б) в первые сутки после выпадения;
- в) в течении трёх суток после выпадения.

Поражающими факторами ядерного взрыва являются:

- а) избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва, заражённое отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра; изменение состояния атмосферного воздуха;
- б) ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электромагнитный импульс;
- в) резкое повышение температуры окружающей среды, понижение концентрации в воздухе, самовозгорание веществ и материалов в зоне взрыва, резкое увеличение силы тока в электроприборах и электрооборудовании

3.2.2.3 по разделу Основы обороны государства и воинская обязанность.

Письменная контрольная работа(тестирование)

Тест-задание

1.Боевые традиции-это...

- а. система межличностных отношений в воинских коллективах;
- б. народные обычаи, перенесённые в сферу военных отношений; в. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с выполнением боевых задач и населением воинской службы;
- г. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение уставные и неуставные взаимоотношения.

2.Ордена-это...

- а. почётные ведомственные награды за успехи в различной деятельности;
- б. наградные государственные знаки за успехи на производстве;
- в. почётные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги.
- г. почётные награды министра обороны РФ за безупречное служение Родине.

3.Воинская обязанность-это...

- а. особый вид государственной службы, исполняемой гражданами в Вооружённых силах и других войсках;
- б. установленный государством воинский долг по военной защите своей страны;
- в. установленный государством почётный долг граждан с оружием в руках защищать своё Отечество, нести службу в рядах, Вооружённых сил, проходить вневоинскую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности.

4. Честь-это...

- а. общественно-моральное достоинство, которое вызывает и поддерживает общее уважение, чувство гордости;
- б. вежливое и достойное отношение к людям;

в. признанием общественным мнением и осознание самим человеком высокой социальной ценности выполняемого им долга.

5. Заключение по результатам освидетельствования категории «А» означает:

а) годен к военной службе; б) ограниченно годен к военной службе; в) не годен к военной службе; г) временно не годен к военной службе.

6. Какие государственные награды России и бывшего СССР сохранены в системе госнаград Российской Федерации?

- а. орден Святого Георгия и знак отличия Георгиевский крест;
- б. орден «За заслуги перед Отечеством»;
- в. военные ордена Суворова, Ушакова, Кутузова, Александра Невского, Нахимова;
- г. орден и медаль «За заслуги перед отечеством».

7. На какие виды условно можно подразделить воинские ритуалы?

- а. парадной деятельности;
- б. боевой деятельности;
- в. учебно-боевой деятельности;
- г. повседневной деятельности;
- д. гарнизонной и караульной служб;
- е. боевой учёбы.

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

- а. моральная и материальная ответственность;
- б. дисциплинарная ответственность в соответствии с законодательством РФ;
- в. административная ответственность в соответствии с законодательством РФ;
- г. уголовная ответственность в соответствии с Уголовным кодексом РФ.

9. Всеобщая воинская повинность была введена в Российской Империи?

- а. 1705г.
- б. 1783г.
- в. 1874г.
- г. 1894г.

10. В настоящее время действуют Общевоинские уставы Вооруженных сил РФ, утвержденные 14 декабря 2007 года

- а) указом Президента РФ
- б) указом Президента СССР
- в) постановлением Правительства РФ
- г) постановлением Верховного Совета СССР

11. Старшинство военнослужащих определяется

- а) приказанием непосредственного начальника
- б) приказанием прямого начальника
- в) приказом
- г) воинскими званиями

12. Несение караульной службы является

- а) тактической задачей
- б) боевой задачей
- в) учебным сбором
- г) патрульной операцией

13. Граждане утрачивают статус военнослужащих

- а) с началом военной службы
- б) с окончанием военной службы
- в) со дня приема военной присяги
- г) с момента вручения повестки о призыве на военную службу

3.2.2.4 по разделу Основа медицинских знаний и здорового образа жизни.

Письменная контрольная работа (тестирование)

Тест-задание

1) Каковы основные признаки наружного кровотечения?

- а) медленное и тягучее кровотечение;
- б) быстрое и пульсирующее кровотечение;
- в) сильная боль в поврежденной части тела;
- г) кровь ярко-красного цвета;
- д) кровь темно-красного цвета.

2) Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?

- а) кровь спокойно вытекает из раны;
- б) кровь фонтанирует из раны;
- в) кровь ярко-красного цвета;
- г) кровь темно-красного цвета;
- д) слабость.

3) Каким образом наложить жгут при артериальном кровотечении?

- а) прижать пальцем артерию ниже кровотечения;
- б) прижать пальцем артерию выше кровотечения, на 3-5 см выше раны наложить вокруг конечности чистую мягкую ткань;
- в) плотно приложить жгут к конечности и сделать необходимое количество оборотов, а также прикрепить к жгуту записку с указанием даты и точного времени наложения;
- г) доставить пострадавшего с наложенным жгутом в медицинское учреждение;
- д) на 3-5 см ниже раны наложить вокруг конечности чистую ткань.

4) Как правильно наложить давящую повязку?

- а) обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой;
- б) обработать края раны вазелином или кремом;
- в) прикрыть рану стерильной салфеткой, а на неё положить сложенный в несколько раз бинт;
- г) наложить повязку.

5) Укажите признаки внутреннего кровотечения?

- а) порозовение кожи в области повреждения;

- б) посинение кожи в области повреждения;
- в) учащённый слабый пульс и частое дыхание;
- г) кашель с кровянистыми выделениями;
- д) повышение артериального давления;
- е) чувство неутолимого голода.

6) В чём заключается оказание первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах?

- а) промыть рану содовым раствором и обработать её спиртом;
- б) промыть рану перекисью водорода (раствором марганцовки) и обработать её йодом;
- в) смазать рану вазелином или кремом;
- г) заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку.

7) Каким образом оказывается первая медицинская помощь при ушибах?

- а) наложением холода на место ушиба;
- б) наложением тепла на место ушиба;
- в) наложением на место ушиба тугой повязки и обеспечением повреждённому месту покоя.

8) В чём заключается оказание первой медицинской помощи при растяжениях?

- а) наложить на повреждённое место холод;
- б) наложить на повреждённое место тепло;
- в) наложить на повреждённое место тугую повязку и обеспечить ему покой;
- г) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

9) Каким образом оказывается первая медицинская помощь при вывихах?

- а) обеспечить повреждённой конечности покой;
- б) наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обильное питьё;
- в) наложить тугую повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;
- г) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

10) Какой должна быть первая медицинская помощь при открытых переломах?

- а) вправить вышедшие наружу кости;
- б) остановить кровотечение и обработать края Раны антисептиком;
- в) на рану в области перелома наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;
- г) провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения.

11) Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?

- а) провести иммобилизацию места перелома;
- б) устранить искривление конечности;
- в) положить на место травмы холод и дать пострадавшему обезболивающее средство;

г) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

12)Какой должна быть первая медицинская помощь при подозрении на сотрясение головного мозга?

а) надо обеспечить пострадавшему абсолютный покой;

б) на голову пострадавшему наложить тёплую грелку;

в) на голову пострадавшему положить холод;

г) вызвать врача.

13)Как оказать экстренную реанимационную помощь пострадавшему?

а) положить пострадавшего на спину на твёрдую ровную поверхность;

б) положить пострадавшего на спину на мягкую ровную поверхность;

в) произвести прекардиальный удар в область грудины;

г) приступить к непрямому массажу сердца и проведению искусственной вентиляции лёгких, вызвать «скорую помощь».

4. Контрольно-оценочные материалы для итоговой аттестации по учебной дисциплине

Предметом оценки являются умения и знания. Контроль и оценка осуществляются с использованием следующих форм и методов: дифференцированный зачет в форме тестирования.

Оценка освоения дисциплины предусматривает использование накопительной системы оценивания.

5. ОСНОВНАЯ И ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

Основная литература

Микрюков, В. Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + Приложение : учебник / В. Ю. Микрюков. – Москва : КноРус, 2018. – 290 с. – (СПО). – ISBN 978-5-406-06323-1. – Текст : электронный // Book.ru : электронно-библиотечная система. – URL: <https://www.book.ru/book/927027>. – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

Дополнительная литература

Микрюков, В. Ю. Безопасность жизнедеятельности : учебник / В. Ю. Микрюков. – 10-е изд., перераб. и доп. – Москва : КНОРУС, 2019. – 282 с. – (Среднее профессиональное образование). – ISBN 978-5-406-06523-5. – Текст : электронный // Book.ru : электронно-библиотечная система. – URL: <https://www.book.ru/book/929396> . – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

Лист согласования

Дополнения и изменения к комплекту ФОС на учебный год

Дополнения и изменения к комплекту ФОС на _____ учебный год по дисциплине Основы безопасности жизнедеятельности

В комплект ФОС внесены следующие изменения:

Дополнения и изменения в комплекте ФОС обсуждены на заседании ПЦК
Одобрено на заседании цикловой комиссии физического воспитания и БЖ

« ____ » _____ 20 ____ г. Протокол № _____.

Председатель ПЦК _____ / _____ /