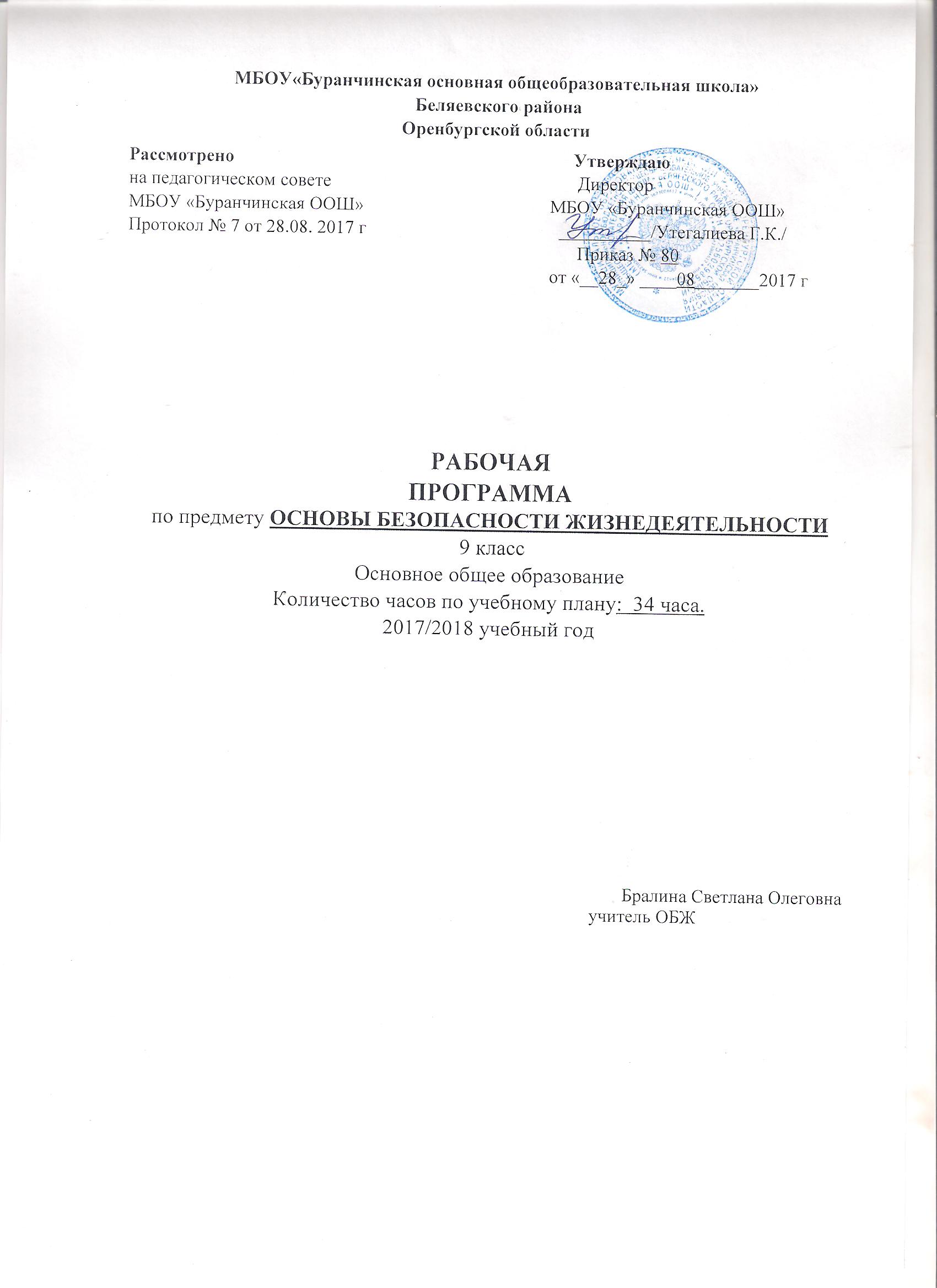
****

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для 9 класса составлена на основе следующих нормативно – правовых документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм., внесенными Федеральными законами от 04.06.2014 г. № 145-ФЗ; от 06.04.2015 г. № 68-ФЗ).
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 05.03.2004 г. № 1089 «Об утверждении Федерального компонента государственного образовательного стандарта начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 07.07.2005 г. №03-126 «О примерных программах по учебным предметам федерального базисного учебного плана»
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 г. №253 «Об утверждении Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (в ред. Приказов Минобрнауки России от 08.06.2015 г. № 576; от 28.12.2015 г. № 1529; от 26.01.2016 г. №38).
5. Программа «Основы безопасности жизнедеятельности» для 11 класса А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. Издательство «Просвещение», 2011 г
6. Приказ МО Оренбургской области от 13.08.2014 № 01-21/1063 (в редакции приказа министерства образования Оренбургской области от 06.08.2015 № 01-21/1742) Об утверждении регионального базисного учебного плана и примерных учебных планов для общеобразовательных организаций Оренбургской области
7. Приказ МО Оренбургской области от 03.08.2017 № 01-21/1557 « О формировании учебных планов начального общего, основного общего образования в образовательных организаций Оренбургской области в 2017-2018 учебном году»
8. Устав МБОУ «Буранчинская ООШ ».
9. Учебный план МБОУ «Буранчинская ООШ» на 2017-2018 учебный год.

**Цели обучения.**

Цель курса повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);

-снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;

-формированию антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;

-воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью.

-азвитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС; бдительности по предотвращению актов терроризма,потребности в соблюдении ЗОЖ.

Овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в ЧС; оказывать ПМП пострадавшим.

**Задачи курса:**

- формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;

- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;

-воспитание антитеррористического поведения и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению

-освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни (ЗОЖ); государственной системе защиты населения от опасных и ЧС; об обязанностях граждан по защите государства.

-воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества.

-развитие черт личности, необходимые для безопасного поведения в ЧС и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.

-владение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в ЧС; использовать СИЗ и СКЗ; оказывать 1МП пострадавшим**.**

**Общая характеристика учебного предмета**

Программа разработана с учётом комплексного подхода к формированию у обучаемых современного уровня культуры безопасности, по модульной структуре содержания курса « Основы безопасности жизнедеятельности».

Структурные компоненты курса ОБЖ в учебной программе для 5- 9 классов представлены в двух учебных модулях, которые охватывают весь минимум содержания, определённый для этого курса с учётом перспектив его развития.

**Описание места предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в учебном плане.**

Предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» в соответствии с базисным учебным планом основного общего образования изучается в 9 классе из расчета 1 ч в неделю (всего 34 часа).

**Содержание учебного предмета**

Тема 1. Национальная безопасность России в современном мире

Россия в мировом сообществе. Страны и организации в совре­менном мире, с которыми Россия успешно сотрудничает. Значение для России сотрудничества со странами СНГ. Роль молодого поколе­ния России в развитии нашей страны.

Национальные интересы России в современном мире и их содер­жание. Степень влияния каждого человека на национальную безопас­ность России.

Основные угрозы национальным интересам России, влияние определенного поведения каждого человека на национальную безо­пасность России.

Значение формирования общей культуры населения в области безопасности жизнедеятельности для обеспечения национальной бе­зопасности России.

Тема 2. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного ха­рактера и национальная безопасность России

Опасные и чрезвычайные ситуации, общие понятия и определения. Классификация чрезвычайных ситуаций, основные причины увеличения их числа. Масштабы и последствия чрезвычайных ситуа­ций для жизнедеятельности человека.

Чрезвычайные ситуации природного характера, их причины и по­следствия.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера, их причины и последствия.

Тема 3. Современный комплекс проблем безопасности социально­го характера и национальная безопасность России

Военные угрозы национальной безопасности России. Внешние и внутренние угрозы национальной безопасности России. Роль Во­оруженных Сил России в обеспечении национальной безопасности страны.

Тема 4. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта

Виды террористических актов, их цели и способы осуществления. Правила поведения при угрозе террористического акта.

Международный терроризм — угроза национальной безопасности России.

Наркобизнес как разновидность проявления международного терроризма.

Тема 5. Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основные задачи, решаемые РСЧС по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Гражданская оборона как составная часть национальной безопас­ности и обороноспособности страны. Основные факторы, определя­ющие развитие гражданской обороны в настоящее время.

МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Роль МЧС Рос­сии в формировании культуры в области безопасности жизнедеятель­ности населения страны.

Тема 6. Основные мероприятия, проводимые в Российской Феде­рации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени

Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Основ­ное предназначение проведения системы мониторинга и прогнозиро­вания чрезвычайных ситуаций.

Инженерная защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Централизо­ванная система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях; единая дежурно-диспетчерская служба на базе телефона 01. Созда­ние локальных и автоматизированных систем оповещения.

Эвакуация населения. Классификация мероприятий по эвакуации населения из зон чрезвычайных ситуаций. Экстренная эвакуация; рас­средоточение персонала объектов экономики из категорированных го­родов Заблаговременные мероприятия, проводимые человеком при подготовке к эвакуации.

Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах по­ражения.

Тема 7. Организация борьбы с терроризмом и наркобизнесом в РФ

Виды террористических акций, их цели и способы осуществления.

Подразделение терроризма по видам в зависимости от целей, ко­торые преследуют преступники. Международный терроризм и его основные особенности.

Законодательная и нормативно-правовая база по организации борьбы с терроризмом. Основные органы федеральной исполнитель­ной власти, непосредственно осуществляющие борьбу с террориз­мом. Основные задачи гражданской обороны по защите населения от террористических актов.

Система борьбы с терроризмом. Существующие в мировой прак­тике формы борьбы с терроризмом. Организация информирования населения о террористической акции. Уголовная ответственность, предусмотренная за участие в террористической деятельности. Правила поведения при угрозе террористического акта.

Государственная политика противодействия распространению наркомании. Основные меры, принимаемые в России для борьбы с наркоманией. Наказания, предусмотренные Уголовным кодексом РФ, за сбыт наркотических средств и за склонение к потреблению наркотических средств. Профилактика наркомании.

Тема 8. Основы здорового образа жизни

Здоровье человека как индивидуальная, так и общественная цен­ность. Определение, данное здоровью в Уставе Всемирной организа­ции здравоохранения (ВОЗ). Основные факторы, оказывающие суще­ственное влияние на здоровье человека. Взаимосвязь, существующая между духовной, физической и социальной составляющими здоровья человека.

Здоровый образ жизни и его составляющие. Роль здорового обра­за жизни в формировании у человека общей культуры в области безо­пасности жизнедеятельности.

Репродуктивное здоровье населения и национальная безопас­ность России.

Тема 9. Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье.

Ранние половые связи и их последствия.

Инфекции, передаваемые половым путем. Понятия о ВИЧ-инфекции и СПИДе.

Тема 10. Правовые основы сохранения и укрепления репродуктив­ного здоровья

Брак и семья Роль семьи в воспроизводстве населения страны. Основные функции семьи Влияние культуры общения мужчины и женщины на создание благополучной семьи

Семья и здоровый образ жизни человека. Роль семьи в формиро­вании здорового образа жизни. Основные положения Семейного кодекса РФ.

Тема 11. Основы первой меди­цинской помощи

Первая медицинская помощь при массовых поражениях.

Первая медицинская помощь при передозировке при приеме психоактивных веществ.

**Календарно-тематическое планирование по основам безопасности жизнедеятельности**

**9 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | Название раздела, темы | К-во часов | Практическая часть | | Дата | | Корректировка |
| План | Факт |
|  | | | | | | | |
| 1 | *Современный мир и Россия.* | 1 |  |  | |  |  |
| 2 | Национальные интересы России в современном мире. | 1 |  |  | |  |  |
| 3 | Основные угрозы национальным интересам и безопасности России. | 1 |  |  | |  |  |
| 4 | Влияние культуры безопасности жизнедеятельности населения на национальную безопасность | 1 | Практическая работа |  | |  |  |
| **Глава 2 Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и национальная безопасность России (4 часа)** | | | | | | | |
| 5 | Чрезвычайные ситуации и их классификация. | 1 |  |  | |  |  |
| 6 | Ч.С. природного характера, и их последствия. | 1 |  |  | |  |  |
| 7 | Ч.С.техногенного характера и их причины | 1 |  |  | |  |  |
| 8 | Угроза военной безопасности России | 1 |  |  | |  |  |
| **Раздел 2 Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций**  **Глава 3 Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени** | | | | | | | |
| 9 | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) | 1 |  |  | |  |  |
| 10 | Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности и обороноспособности страны. | 1 |  |  | |  |  |
| 11 | МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций | 1 | Контрольная работа |  | |  |  |
| **Глава 4 Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и**  **военного времени** | | | | | | | |
| 12 | Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. | 1 |  |  | |  |  |
| 13 | Инженерная защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций | 1 |  |  | |  |  |
| 14 | Оповещение и эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций | 1 |  |  | |  |  |
| 15 | Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения | 1 |  |  | |  |  |
| **Раздел 3 Противодействие терроризму и экстримизму в Российской Федерации**  **Глава 5 Общие понятия о терроризме и экстремизме (2 ч )** | | | | | | | |
| 16 | Международный терроризм – угроза национальной безопасности России | 1 |  |  | |  |  |
| 17 | Виды террористической деятельности и террористических акций, их цели и способы осуществления. | 1 |  |  | |  |  |
| **Глава 6 Нормативно-правовая база противодействия терроризму и экстремизму в РФ** | | | | | | | |
| 18 | Основные нормативно-правовые акты по противодействию терроризму и экстримизму. | 1 |  |  | |  |  |
| 19 | Общегосударственное противодействие терроризму | 1 |  |  | |  |  |
| 20 | Нормативно-правовая база противодействия терроризму |  |  |  | |  |  |
| **Глава 7 Организационные основы противодействия терроризму и наркотизму в Российской Федерации** | | | | | | | |
| 21 | Организационные основы противодействия терроризму в Российской Федерации | 1 |  |  | |  |  |
| 22 | Организационные основы противодействия наркотизму в Российской Федерации | 1 | . |  | |  |  |
| **Глава 8 Обеспечение личной безопасности при угрозе теракта и профилактика наркозависимости** | | | | | | | |
| 23 | Правила поведения при угрозе террористического акта | 1 | Практическая работа |  | |  |  |
| 24 | Профилактика наркозависимости. |  |  |  | |  |  |
| **Модуль 2 Основы медицинских знаний**  **Раздел 4 Основы здорового образа жизни** | | | | | | | |
| **Глава 9 Здоровье- условие благополучие человека** | | | | | | | |
| 25 | Здоровье человека как индивидуальная так и общественная ценность | 1 |  |  | |  |  |
| 26 | Здоровый образ жизни и его составляющие. | 1 |  |  | |  |  |
| 27 | Репродуктивное здоровье населения и национальная безопасность России | 1 | Контрольная работа |  | |  |  |
| **Глава 10 Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье** | | | | | | | |
| 28 | Ранние половые связи и их последствия. | 1 |  |  | |  |  |
| 29 | Инфекции, передаваемые половым путем. | 1 |  |  | |  |  |
| 30 | Понятие о ВИЧ- инфекции и СПИДе | 1 |  |  | |  |  |
| **Глава 11 Правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья** | | | | | | | |
| 31 | Брак и семья | 1 |  |  | |  |  |
| 32 | Семья и здоровый образ жизни человека | 1 |  |  | |  |  |
| **Раздел 5 Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**  **Глава 12 Оказание первой помощи** | | | | | | | |
| 33 | Первая медицинская помощь при массовых поражениях | 1 | Практическая работа |  | |  |  |
| 34 | Первая медицинская помощь при передозировке при приеме психоактивных веществ. | 1 | Контрольная работа |  | |  |  |

**Требования к уровню подготовки учащихся 9 класса**

**В результате обучения в 9 классе учащиеся должны знать/уметь:** В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в 9 классах ученик должен **знать:** -потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности; -основные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях;

-законодательную и нормативно-правовую базу Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз и по организации борьбы с терроризмом; -наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию; -основные виды террористических актов, их цели и способы осуществления; -правила поведения при угрозе террористического акта; -государственную политику противодействия наркотизму;

**уметь:** -предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам; -принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;- -действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности; -пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; -оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях. Кроме того, учащиеся должны уметь применять полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: -обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; -активного отдыха в природных условиях; -оказания первой медицинской помощи пострадавшим; - -соблюдения норм здорового образа жизни

**Характеристика контрольно-измерительных материалов.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Процедура | Инструмент |  |
| Текущая аттестация | Устный ответ | **Оценка устных ответов обучающегося:**  ***Ответ оценивается отметкой «5»,*** если обучающийся:  • полно раскрыл содержание материала в объеме, предусмотренном программой и учебником;  • изложил материал грамотным языком в определенной логической последовательности, точно используя терминологию;  • показал умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации при выполнении практического задания;  • продемонстрировал усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость используемых при ответе умений и навыков;  • отвечал самостоятельно без наводящих вопросов учителя.  Возможны одна – две неточности при освещении второстепенных вопросов или выкладках, которые обучающийся легко исправил по замечанию учителя.  ***Ответ оценивается отметкой «4»,*** если: он удовлетворяет в основном требованиям на отметку «5», но при этом имеет один из недостатков:  • в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие общего содержания ответа;  • допущены один или два недочета при освещении содержания ответа, исправленные по замечанию учителя;  • допущена ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, легко исправленные по замечанию учителя.  ***Отметка «3» ставится в следующих случаях:***  • неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения программного материала (определенные «Требованиям к математической подготовки обучающегося»);  • имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, исправленные после нескольких вопросов;  ***Отметка «2» ставится в следующих случаях:***  • не раскрыто основное содержание учебного материала;  • обнаружено незнание или непонимание обучающимся большей или наибольшей части материала;  ***Отметка «1» ставится,*** если:  • ученик обнаружил полное незнание и непонимание изучаемого материала или не ответил ни на один из поставленных вопросов по изучаемому материалу |
|  |  | Отметка « **5** » - работа выполнена в полном объёме с соблюдением необходимой последовательности. Обучающиеся работают полностью самостоятельно: подбирают необходимые для выполнения предлагаемых работ источники знаний, практическое умение и навыки.  Отметка « 4 » - самостоятельная работа выполняется учащимися в полном объёме и самостоятельно. Допускаются отклонения от необходимой последовательности выполнения, не влияющие на правильность конечного результата. Работа показывает знание основного теоретического материала и овладение умениями, необходимыми для самостоятельного выполнения работы.  Отметка « 3 » - работа выполняется при помощи учителя. Обучающиеся показывают знания теоретического материала, но испытывают серьёзные затруднения при самостоятельной работе.  Отметка « 2 » - выставляется в том случае, когда обучающиеся не подготовлены к выполнению работы. Показывается плохое знание теоретического материала и отсутствие необходимых умений. |
| Промежуточная аттестация | Тесты | **Все тестовые задания оцениваются:**  - правильный ответ – 1 балл;  - отсутствие ответа или неправильный ответ – 0 баллов  Критерии оценивания:  «2» - менее 25% правильных ответов.  «3» - от 25% до 50% правильных ответов.  «4» - от 50% до 75% правильных ответов.  «5» - от 75% и более правильных ответов  **Тест.**  1.Чс и их классификация  2.МЧС России  3.Организационные основы противодействия терроризму |
| Практические работы | Тема  1. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта  2 Практические работы по ПМП |
|  | Контрольные работы | 1.Контрольная работа  «Единая ГОЧС»  2.Контрольная работа»  «Здоровье человека как индивидуальная так и общественная ценность»  Итоговая контрольная работа за курс 9 класса |

**Контрольная работа**

**Тема. Организация РСЧС**

                 1. Назовите систему созданную в России для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций:

                 а) система наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды;

                 б) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС;

                 в) система сил и средств для ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

2. РСЧС имеет пять уровней:

                 а) объектовый;

                 б) территориальный;

                 в) местный;

                 г) поселковый;

                 д) федеральный;

                 е) производственный;

                 ж) региональный;

                  з) республиканский;

                 и) районный.

3. РСЧС создана с целью:

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

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

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

4. В зависимости от обстановки, масштаба прогнозируемой или возникшей чрезвычайной ситуации решением соответствующих органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации и

органов местного самоуправления в пределах конкретной территории устанавливается один из следующих режимов функционирования РСЧС:

                 а) повседневной деятельности;

                 б) чрезвычайной ситуации;

                 в) повышенной готовности;

                 г) прогнозирования обстановки;

                 д) оперативного реагирования.

5. К зоне чрезвычайной ситуации относится:

                 а) территория, на которой прогнозируется ЧС;

                 б) территория, на которой расположены потенциально опасные объекты;

                 в) территория, на которой сложилась ЧС.

6. Комиссия по чрезвычайным ситуациям органа местного самоуправления является координирующим органом РСЧС на:

                 а) региональном уровне;

                 б) федеральном уровне;

                 в) объектовом уровне;

               г) местном уровне;

                 д) территориальном уровне.

**Контрольная работа»**

**«Здоровье человека как индивидуальная так и общественная ценность»**

**1. При артериальном кровотечении кровь истекает:**

а) фонтанчиком  
б) ручейком  
в) капельками  
**2. К физическому способу остановки кровотечения относится:**  
а) применение холода  
б) применение перекиси водорода  
в) переливание малых доз крови  
**3. Как правильно обработать рану:**  
а) вокруг раны обрабатывают спиртосодержащим раствором, края раны смазывают раствором йода и накладывают стерильную повязку  
б) рану обрабатывают водой с мылом, затем края раны смазывают йодом и накладывают стерильную повязку  
в) не обрабатывая, накладывают стерильную повязку и срочно обращаются в больницу  
**4. Чтобы снизить воздействие формальдегида на организм человека необходимо:**  
а) выращивать дома как можно больше растений  
б) на окна в часы пик вешать марлю  
в) стараться не курить в помещении  
**5. Чтобы избежать отравления пестицидами при покупке продуктов необходимо:**  
а) смотреть на цвет и вкус продукта  
б) спрашивать, откуда привезен продукт  
в) спрашивать сертификат качества продукта  
**6. Самые простые средства уничтожения болезнетворных микроорганизмов:**  
а) мыло и горячая вода  
б) пылесос  
в) веник  
**7. Избыточная энергия, поступающая в организм с пищей, опасна для здоровья человека, так как приводит:**  
а) к увеличению массы тела человека  
б) к физическому утомлению  
в) к гиподинамии  
**8. К жирам животного происхождения относится:**  
а) сметана  
б) кукурузное масло  
в) подсолнечное масло  
**9. Какую роль играют витамины в развитии человека:**  
а) являются главными источниками энергии  
б) являются строительным материалом  
в) обеспечивают устойчивость организма к воздействию болезнетворных микробов  
**10. Последний прием пищи должен быть не менее чем за:**  
а) 2-3 часа до сна  
б) 1 час до сна  
в) 3-4 часа до сна  
**11. Здоровье это:**  
а) состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков  
б) отсутствие у него болезней и физических недостатков  
в) отсутствие у него болезней и физических недостатков, а также оптимальное сочетание здорового образа жизни с умственным и физическим трудом

**12. Ежедневная потребность в суточном сне у взрослого человека составляет:**  
а) 7 – 8 часов  
б) 5 -6 часов  
в) 10 – 12 часов  
**13. Местные водные процедуры это:**  
а) утреннее умывание, мытье рук перед едой, мытье ног перед сном  
б) обтирания  
в) обливания  
**14. При купании температура воды в водоеме должна быть не ниже:**  
а) 18°С  
б) 20°С  
в) 22°С  
**15. Алкоголь, попавший в организм человека:**  
а) растворяется в крови и разносится по всему организму, оказывая разрушительное действие на все ткани и органы  
б) быстро выводится из организма вместе с мочой  
в) не выводится из организма до самой смерти

Варианты правильных ответов на вопросы теста

1 -а, 2-а, 3-а, 4-а, 5-в, 6-а, 7-а, 8-а, 9-в, 10-а, 11-а, 12-а, 13-а, 14-б, 15-а

**Итоговая контрольная работа**

1. К происшествиям с предметами быта, приборами, оборудованием относится:

а) квартирная кража;

б) утеря ключей и документов;

в) отравление ядовитыми веществами.

2. Асептика - это:

а) меры по предотвращению попадания болезнетворных микроорганизмов в рану;

б) меры по борьбе с болезнетворными микроорганизмами в ране;

в) способы остановки кровотечения из раны.

3. Учащенный и неровный пульс у человека, который находится в состоянии покоя, говорит о:

а) переохлаждении организма;

б) внутреннем кровоизлиянии и перегреве;

в) нарушении сердечной деятельности.

4. К радиационным факторам, воздействующим на здоровье человека, относятся:

а) ожоги тела;

б) массовые эпидемии;

в) тяжелые лучевые поражения.

5. К сильнодействующим ядовитым веществам (СДЯВ) быстрого действия относятся:

а) синильная кислота, хлор, фосген, аммиак;

б) синильная кислота, сероводород, оксид углерода, аммиак;

в) хлор, фосген, сероуглерод, хлорид серы.

6. На биологические факторы (наследственные), оказывающие влияние на здоровье человека, приходится от общего числа факторов примерно:

а) 10%;

б) 20%;

в) 50%.

7. К факторам риска, связанным с ростом городов и городского населения (урбанизация), оказывающим влияние на здоровый образ жизни, относятся:

а) изменение микроклимата, загрязнение окружающей среды;

б) шум, радиация, нарушение температурного режима;

в) табакокурение, наркомания, нерациональное питание.

8. Приспособление человека к новым для него условиям жизни называется:

а) интоксикация;

б) акклиматизация;

в) реакклиматизация.

9. Сейсмическая зона землетрясения - это:

а) территория, охватывающая области известных и ожидаемых очагов землетрясения;

б) деление территорий на районы разной сейсмической активности;

в) область возникновения подземных ударов.

10. К первичным последствиям цунами относятся:

а) пожары, химическое и радиационное загрязнение территории;

б) пожар, массовая гибель людей;

в) массовая гибель людей, разрушение зданий.

11. Площадь затопления при наводнении - это:

а) время с момента выхода воды на пойму и до входа реки в русло;

б) территория, прилегающая к реке и покрытая водой;

в) величина, характеризующая прирост уровня воды и процесса наводнения за определенное время по отношению к первоначальному уровню.

12. Локализация лесного пожара - это:

а) прекращение возможности дальнейшего распространения пожара;

б) предотвращение возможности загорания от невыявленных очагов горения;

в) ликвидация очагов горения внутри пожара.

13. Часть пространства, примыкающая к зоне горения и заполненная дымовыми газами в больших концентрациях, называется:

а) масштаб аварии;

б) зона задымления;

в) зона теплового воздействия.

14. Очагом аварии на химически опасном объекте считается:

а) территория, в пределах которой облако, содержащее СДЯВ, обладает наибольшими поражающими способностями;

б) площадь химического заражения воздуха в результате распространения облака, содержащего СДЯВ за счет ветра;

в) территория, включающая в себя само место аварии и прилегающую к нему площадь растекания, разбрасывания СДЯВ.

15. Электронно-ионизирующее излучение с непрерывным энергетическим спектром, испускаемое при ядерных превращениях, называется:

а)альфа-излучение;

б)бетта-излучение;

в)гамма-излучение.

16. Пострадавшего с повреждением позвоночника следует транспортировать:

а) лежа на спине на жестком щите;

б) лежа на боку;

в) сидя.

17. Затяжку жгута на конечности пострадавшего нужно закончить в момент:

а) болезненного реагирования пострадавшего на затягивание;

б) когда произойдет вдавливание жгута в тело;

в) остановки кровотечения.

18. Правильной последовательностью оказания первой помощи пострадавшему, если у него прекратилось дыхание и сердечная деятельность, является:

а) наружный массаж сердца, освобождение дыхательных путей, искусственное дыхание;

б) освобождение дыхательных путей, искусственное дыхание, наружный массаж сердца;

в) искусственное дыхание, наружный массаж сердца, освобождение дыхательных путей.

19. Наибольшую вентиляцию легких обеспечивает следующий способ искусственного дыхания:

а) <рот в рот>, <рот в нос> в положении пострадавшего на спине;

б) отведение рук пострадавшего за голову и возвращение к грудной клетке в положении пострадавшего на спине;

в) методическое сдавливание грудной клетки пострадавшего спереди и сзади в положении его на животе.

20. Для жизни пострадавшего наиболее опасным по интенсивности является кровотечение:

а) венозное;

б) артериальное;

в) капиллярное.

21. К признакам поражения организма аммиаком относятся:

а) раздражение слизистых и кожи;

б) учащенное сердцебиение;

в) светобоязнь;

г) резь в глазах;

д) резкая боль в груди;

е) насморк;

ж) нарушение координации движения.

22. К заблаговременным мероприятиям по снижению ущерба от ураганов, бурь и смерчей относятся:

а) прогнозирование пути прохождения, времени прохода и последствий урагана (бури, смерча);

б) ликвидация последствий стихийного бедствия;

в) укрепление зданий и сооружений;

г) ограничение в землепользовании в районах частых ураганов, смерчей, бурь;

д) частичная эвакуация населения;

е) переход к безопасным режимам работы различных производств в условиях стихийного бедствия;

ж) ограничение в размещении на этой территории объектов с опасными производствами.

23. Нарушение целостности тканей, органов под воздействием поражающих факторов внешней среды, приводящих к расстройствам некоторых функций организма, называется...

24. Крайнее состояние организма, переход от жизни к смерти называется...

25. Заблаговременное предупреждение населения о возможных ЧС и их последствиях с помощью различных систем информации, сигнальных средств называется...

26. Если при переломе кости целостность кожных покровов не нарушена, то перелом считается...

27. Ситуация, которая содержит прямую угрозу жизни, здоровью человека или имуществу и при этом ограничена или исключена возможность помощи от других людей, называется...