

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Нижнепыхтинская основная общеобразовательная школа»**

УТВЕРЖДЕНО
приказом № 90 от 25 августа 2020 г.
Директор школы:
_____ Т.Л. Семенова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по ОБЖ 8 - 9 класс

Составитель: учитель ОБЖ
Карачева Виктория Сергеевна

Нижняя Пыхта, 2020 г.

Рабочая программа по ОБЖ составлена на основе Фундаментального ядра содержания основного общего образования и Требований к результатам основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования второго поколения, а также в соответствии с рекомендациями Примерной программы основного общего образования по ОБЖ для 7-9 класса Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко, А.Б. Татарина полностью отражающей содержание Примерной программы с дополнениями, не превышающими требования к уровню подготовки обучающихся, учебного плана, авторского тематического планирования учебного материала и требований к результатам основного общего образования. Данная рабочая программа ориентирована на использование учебника Н.Ф. Виноградова «ОБЖ 7-9 класс»

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты освоения программы:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование анти экстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты:

Выпускник научится:

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;

- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

Выпускник получит возможность научиться:

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять права покупателя;
- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;
- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи; - оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;
- оказывать первую помощь при коме;
- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;

- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

Содержание учебного предмета

8 класс

№	Тема	Всего часов	Изучение нового, закрепление	Контрольные работы
1	Введение	1	1	
2	Здоровый образ жизни. Что это?	8	8	
3	Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни	8	8	
4	Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе	5	5	
5	Современный транспорт и безопасность	6	6	
6	Безопасный туризм	6	5	1
Итого		34	33	1

Введение. Основы безопасности жизнедеятельности. Проблема здорового образа жизни. Как её решали в древности. Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ. Расширение кругозора.

Здоровый образ жизни. Что это? Что такое здоровый образ жизни. Значение физической культуры для здоровья человека. Закаливание как способ тренировки организма. Правила личной гигиены. Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать здоровье. Продукты питания как экологический фактор. Питание и болезни. Диета. Чемпион среди круп по содержанию белков. Благоприятное воздействие зелёного чая. Психическое здоровье — эмоциональное благополучие человека. Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье.

Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни.

Пожар — чрезвычайная ситуация. Правила пожарной безопасности. Безопасность во время праздничных фейерверков. Организация эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. Помощь при ожогах. Правила пользования электроприборами. Оценка обстановки при электротравмах, первая помощь. Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении бытовым газом. Правила безопасности при пользовании бытовой химией.

Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе. Ядовитые растения. Правила сбора грибов. Поведение в лесу при встречах с опасными животными. Гроза в лесу. Водоём зимой и летом. Причины возникновения опасных ситуаций на воде. Выполнение правил поведения при купании. Умения отдыхать на воде. Правила катания на лодке. Помощь утопающему. Приёмы проведения искусственного дыхания. Правила поведения на льду.

Современный транспорт и безопасность. Транспорт в современном мире. Виды транспортных средств. Чрезвычайные ситуации на дорогах. Причины и последствия дорожно-транспортных происшествий. Метро — транспорт повышенной опасности. Правила поведения пассажиров на борту авиалайнера. Особенность железнодорожного транспорта.

Безопасный туризм. Виды активного туризма. Обязанности туриста в туристской группе. Объективные трудности турпохода. Субъективные трудности турпохода. Движение по туристскому маршруту. Правила безопасности в туристском походе. Преодоление естественных препятствий. Туризм и экология окружающей среды. Обеспечение безопасности при переправах через реки. Способы переправы. Действия туристской группы в ЧС. Правила разведения костров. Подготовка к водному туристскому походу. Узлы в туристском походе.

9 класс

№	Тема	Всего часов	Изучение нового материала и повторение	Контроль
1	Когда человек сам себе враг	7	7	
2	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.	16	14	1
3	Противодействие экстремизму и терроризму	11	7	1
Итого		34	32	2

Когда человек сам себе враг

Почему курят подростки? Чем опасен сигаретный дым? Влияние курения на растущий организм. Алкоголь и здоровье. Отношение школьников к употреблению спиртных напитков. Воздействие алкоголя на организм человека. Психологическая готовность к неприятию алкоголя. Первая помощь при отравлении алкоголем. Что такое наркотики и наркомания? Воздействие наркотиков на организм человека. Токсикомания

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Определение чрезвычайной ситуации. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». Классификация чрезвычайных ситуаций. Система оповещения. Общие правила эвакуации. Что такое землетрясение. Степень воздействия сейсмических волн. Прогнозирование землетрясений. Признаки землетрясения. Правила поведения во время землетрясения. Извержение вулкана — грозное стихийное явление. Признаки начала извержения. Поведение во время извержения вулкана. Что такое сели и оползни. Причины их образования. Поведение при угрозе схода селей, снежных лавин и оползней. Что такое ураганы, бури, смерчи, цунами, чем они опасны. Поведение при угрозе их приближения. Причины возникновения наводнений. Меры по предупреждению последствий наводнений. Эвакуация перед наводнением и во время его. Действия перед наводнением и при наводнении. Природные пожары, их причины. Виды лесных пожаров. Действия при лесном пожаре. Причины и виды техногенных ЧС. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Аварии с утечкой химических и радиоактивных веществ. Аварии на гидродинамических объектах. Правила поведения при авариях различного вида

Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации.

Что такое экстремизм и терроризм.

Правила поведения во время взрыва и после него. Взятие в заложники и правила поведения в этом случае. Государственная политика противодействия экстремизму и терроризму в России. Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму. Особенности проведения спецопераций Что такое национальная безопасность Российской Федерации. Условия обеспечения национальной безопасности в Российской Федерации Итоговое контрольное тестирование Итоговое повторение и обобщение

Тематическое планирование

8 класс

№ урока	Название разделов, тем урока	Количество часов
Введение (1 ч)		
1	Цели предмета ОБЖ. Окружающая среда и безопасность.	1
Здоровый образ жизни. Что это? (8 ч)		
2	Зависит ли здоровье от образа жизни? Слагаемые здоровья	1
3	Значение физической культуры для здоровья человека. Закаливание как способ тренировки организма.	1
4	Правила рационального питания. Продукты питания как экологический фактор. Питание и болезни. Диета.	1
5	Психическое здоровье — эмоциональное благополучие человека.	1
6	Компьютер и здоровье. Информационная безопасность. Человек — социальное существо.	1
7	Круг интересов человека. Фанаты и поклонники.	1
8	Репродуктивное здоровье. Риски старшего подросткового возраста.	1
9	Обобщение пройденного	1
Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни (8 ч)		
10	Пожар. Причины пожаров. Правила пожарной безопасности.	1
11	Организация эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. Помощь при ожогах. Залив жилища.	1
12	Правила пользования электроприборами. Первая помощь при электротравмах.	1
13	Правила пользования газовыми приборами. Правила безопасности при пользовании бытовой химией.	1
14	Досуг в городе; каких мест лучше избегать. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. Самооборона.	1
15	Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер	1
16	Экстрим в игре и спорте. Неразорвавшиеся боеприпасы	1
17	Обобщение пройденного	1
Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе (5 ч)		
18	Ядовитые растения и грибы. Поведение в лесу при встречах с опасными животными. Гроза в лесу	1
19	Причины возникновения опасных ситуаций на воде. Умение отдыхать на воде. Правила катания на лодке	1
20	Помощь утопающему. Приёмы проведения искусственного дыхания.	1
21	Правила поведения на льду.	1
22	Обобщение пройденного	1
Современный транспорт и безопасность (6 ч)		
23	Транспорт в современном мире. Чрезвычайные ситуации на дорогах.	1
24	Причины и последствия дорожно-транспортных происшествий. Помощь пострадавшим при ДТП	1
25	Метро — транспорт повышенной опасности	1
26	Авиакатастрофы Правила поведения пассажиров на борту авиалайнера.	1
27	Особенность железнодорожного транспорта.	1
28	Обобщение пройденного	1
Безопасный туризм (6 ч)		

29	Виды активного туризма. Обеспечение безопасности в туристических походах. Движение по туристскому маршруту. Правила безопасности в туристическом походе.	1
30	Требования к составлению графика движения туристской группы. Преодоление естественных препятствий.	1
31	Обеспечение безопасности при выборе места для бивуака. Если турист отстал от группы	1
32	Подготовка к водному туристскому походу. Обеспечение безопасности в водном туристском походе.	1
33	Узлы в туристском походе.	1
34	Обобщение пройденного контрольная работа	1

9 класс

<i>№ урока</i>	<i>Название разделов, тем урока</i>	<i>Количество часов</i>
Когда человек сам себе враг (7 ч)		
1-3	Когда человек сам себе враг. Курение и здоровье.	3
4-5	Алкоголь и здоровье	2
6-7	Наркотикам и токсикомании «Нет!»	2
Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (16 ч)		
8-9	Чрезвычайные ситуации и их классификация	2
10	Природные чрезвычайные ситуации. Землетрясения	1
11	Извержение вулкана	1
12	Сели, оползни, обвалы и снежные лавины	1
13	Ураган, буря, смерч, цунами	1
14	Наводнения	1
15-16	Природные пожары	2
17-22	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	6
23	Обобщение пройденного. Контрольная работа	1
Противодействие экстремизму и терроризму (11 ч)		
24-28	Чрезвычайные ситуации социального характера. Экстремизм и терроризм.	5
29-30	Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму	2
31-32	Национальная безопасность РФ	2
33	Итоговая контрольная работа	1
34	Обобщение пройденного	1

Контрольно – измерительные материалы.

8 класс

Инструкция.

На выполнение итоговой диагностической работы по ОБЖ в 8 классе отводится 45 минут.

Диагностическая работа состоит из трех частей, которые различаются по форме заданий, степени сложности и количеству заданий

Часть А содержит задания с выбором ответа;

Часть В выберите три верных ответа из шести предложенных.

Часть С содержит ситуационные задачи

К каждому из заданий с выбором ответа Части А предлагается несколько вариантов ответов.

Один только правильный

Ответы на задания части С формулируются и записываются учащимися самостоятельно в развернутой форме

Система оценивания выполнения заданий и контрольной работы в целом

Каждое правильно выполненное задание Части А оценивается 1 баллом. Задание считается выполненным верно, если ученик выбрал (отметил) номер правильного ответа.

Задание считается невыполненным в следующих случаях:

- а. указан номер неправильного ответа;
- б. номер ответа не указан.

При выполнении заданий части В с кратким ответом выберите три верных ответа из шести предложенных.

За полный правильный ответ на каждое из заданий ставится 3 балла. Если в заданиях допущена одна ошибка, то ответ оценивается в 2 балла, если допущены 2 - 1 балл, 3 ошибки - ставится 0 баллов.

Правильно выполненное задание Части С оценивается 5 баллами в зависимости от полноты и правильности ответа

Для прохождения тестирования учащиеся должны иметь:

-письменные принадлежности

Во время проведения тестирования недопустимо:

- использование смартфонов, телефонов, планшетных компьютеров и др. электронной техники.
- оказание помощи со стороны

Итоги тестирования определяются по числу правильных ответов на все вопросы.

Вся работа оценивается 26 баллами

Ответы и критерии оценивания итоговой диагностической работы.

Часть А

Вопрос	1вариант	2вариант
1	а	а
2	д	д
3	б	а
4	д	д
5	а	б
6	г	а
7	в	д
8	д	в
9	д	а
10	в	б
11	д	д
12	а	д
13	г	г
14	а	г
15	б	а

Часть В

В1

В2

Вариант 1

1,2,6

1,2,5

Вариант 2

2,3,4

1,5,6

Часть С 1вариант

С1 У товарища, стоявшего у огня, вдруг загорелась штанина. Огонь начал подниматься к куртке. Товарищ в панике начинает бегать вокруг. Что делать?

Остановить его — беготня и паника не помогут, а любое движение воздуха или ветер еще больше разожгут пламя, которое быстрее распространится по одежде. Можно набросить

на горящего человека кусок плотной ткани (одеяло, пальто). Это прекратит доступ кислорода и горение прекратится. Когда пламя будет потушено, вызвать «скорую помощь». До прибытия медицинской службы охлаждать обожженные участки тела пострадавшего холодной водой.

Часть С 2 вариант

С1. Даша и Катя провели на открытом солнце целый день. Долгое времяпрепровождение на солнце, привело к беде. Солнечному удару. Что необходимо делать?

При солнечном или тепловом ударе первая помощь должна быть оказана немедленно. Пострадавшего следует уложить в тени или же в холодном помещении, освободить шею и грудь от стесняющей одежды, положить холодные компрессы на голову, шею и область груди. Если человек в сознании, то ему желательно дать какой-нибудь холодный напиток, лучше всего минеральную воду. Во всех случаях следует срочно вызвать врача.

Критерии оценки

25-26 баллов – «5»;

17-24баллов – «4»; (85%)

10-16 баллов – «3»; (60%)

0-9 баллов – «2».(35%)

Итоговая диагностическая работа по ОБЖ 8 класс

Вариант 1

Часть А .Каждому заданию даны варианты ответов, из которых только один правильный

1.Промышленные аварии с выбросом опасных веществ, пожары, взрывы, аварии на транспорте: железнодорожном, автомобильном, морском и речном –это...

А) ЧС техногенного характера; Б) происшествие; В) авиакатастрофа;
Г) бедствие; Д) отключение электричества.

2. Назови основные внешние причины возникновения ЧС.

А) стихийные бедствия;
Б) неожиданное прекращение подачи электроэнергии, газа;
В) терроризм; Г) войны; Д) верно всё.

3. Что делать для защиты от отравляющих веществ при аварии?

А) открыть окна и двери;
Б) использование индивидуальных средств защиты и убежищ с изоляцией;
В) спрятаться на остановке; Г) ничего не делать; Д) такие аварии безопасны.

4. Как характеризуют последствия катастрофы?

А) число погибших во время катастрофы; Б) число раненых;
В) экономические последствия; Г) материальный ущерб; Д) все ответы верны.

5.Что должен уметь делать человек в случае автономного существования в природных условиях?

А) уметь действовать в различных природно-климатических условиях;
Б) петь; В) танцевать; Г) управлять вертолётom; Д) не знаю.

6. Что должно входить в состав аварийной аптечки?

А) стерильные бинты, книги, рюкзак; Б) бинт, топор, сковорода;
В) антибиотики, салфетки, гвозди, молоток;
Г) индивидуальные перевязочные пакеты, простые инструменты (шприц, ножницы), жгут, бинты; Д) все ответы верны.

7. Повреждение тканей, вызванное воздействием низких температур – это...

А) кровотечение; Б) ушиб; В) отморожение; Г) перелом; Д) гематома.

8. При оказании первой медицинской помощи нужно:

А) унести пострадавшего; Б) обработать травмированные участки тела;
В) увезти пострадавшего в больницу; Г) не допустить травматический шок;
Д) все ответы верны.

9. Вести здоровый образ жизни помогают:

А) закаливание; Б) физические упражнения; В) правильное питание;
Г) массаж; Д) все ответы верны.

10. Какая температура воды поможет охладиться летом?

- А) 10-15 градусов С; Б) 15-20 градусов С; В) 20-25 градусов С;
Г) 25-30 градусов С; Д) любая температура.

11. Назови признаки отравления:

- А) сильная рвота; Б) головная боль; В) сильная боль в области живота;
Г) возможная потеря сознания; Д) все ответы верны.

12. Чем можно отравиться в лесу во время похода?

- А) ядовитыми грибами и ягодами; Б) одуванчиком;
В) луком медвежьим; Г) цикорием; Д) подорожником.

13. Зачем нужно закаляться?

- А) не знаю; Б) для улучшения памяти; В) для снижения обмена веществ;
Г) повышает устойчивость организма к неблагоприятным условиям; Д) для аппетита.

14. Как помочь пострадавшему при утоплении?

- А) удалить воду из лёгких и желудка, сделать искусственное дыхание; Б) уложить в тени;
В) убежать от пострадавшего; Г) позвонить в милицию; Д) спеть песню.

15. Какие заболевания вызывает проникающая радиация?

- А) ОРЗ; Б) лучевая болезнь; В) грипп; Г) ангина; Д) ОРВИ.

Часть В. Выберите три верных ответа из шести предложенных.

В1 По каким приметам можно определить стороны горизонта?

- 1) По таянию снега на склонах оврага. 2) По пологой стороне муравейника.
3) По наклону дерева. 4) По грибам рядом с деревом.
5) По направлению звериной тропы. 6) По годичным кольцам на пнях.

В2 Вы находитесь дома. Неожиданно вы почувствовали подземные толчки, задребезжали стёкла, посуда. Времени, чтобы выбежать из дома, нет. Что вы будете делать?

- 1) Отключу электричество, газ, воду. 2) Займу безопасное место в проёме дверей.
3) Позвоню в аварийную службу. 4) Упакую документы.
5) Отойду от окон и предметов мебели, которые могут упасть. 6) Укроюсь в ванной комнате.

Часть С ситуационные задачи

С1 У товарища, стоявшего у огня, вдруг загорелась штанина. Огонь начал подниматься к куртке. Товарищ в панике начинает бегать вокруг. Что делать?

Вариант 2

Часть А. Каждому заданию даны варианты ответов, из которых только один правильный

1. Происшествие, возникшее в результате природной или техногенной ЧС с гибелью людей, либо непоправимые последствия объекта – это ...

- А) катастрофа; Б) несчастье; В) крушение; Г) несчастный случай;
Д) стихийное бедствие.

2. На каких предприятиях возникают аварии с выбросом СДЯВ (Сильнодействующие ядовитые вещества)?

- А) на вокзале; Б) в магазинах; В) на рынках;
Г) в супермаркетах; Д) химической, нефтеперерабатывающей промышленности.

3. Что делать, услышав сигнал оповещения об аварии с выбросом СДЯВ?

- А) надеть средства индивидуальной защиты; Б) отключить электричество;
В) укрыться в убежище; Г) покинуть зону заражения; Д) все ответы верны.

4. Что относится к ЧС природного характера?

- А) извержения вулканов; Б) обвалы, сели; В) бури, ураганы, смерчи;
Г) наводнения, цунами, шторм; Д) все ответы верны.

5. Назови самый удобный и надёжный способ остановки кровотечения из конечности в условиях автономного существования:

- А) наложение шины; Б) наложения жгута; В) наложение повязки;
Г) наложение бактерицидного лейкопластыря выше раны; Д) посыпать рану землёй.

6. Каким должен быть пульс в покое у ребят 12-15 лет (удар в минуту)?

- А) 70-80; Б) 120-130; В) 110-120; Г) 90-100; Д) 80-90.

7. Чего нельзя делать при купании в водоёмах?

- А) купаться сразу после приёма пищи; Б) плыть при высоких волнах;
В) подплывать к движущемуся водному транспорту;
Г) прыгать с моста; Д) все ответы верны.

8. Как оказать первую помощь при отравлении?

- А) погладить по голове; Б) спеть песню;
В) промыть желудок водой или слабым раствором перманганата калия;
Г) оставить пострадавшего одного; Д) не оказывать помощь.

9. Как оказать первую помощь при обморожении?

- А) согреть до покраснения тёплыми руками, лёгким массажем; Б) сильно растереть снегом;
В) поместить поврежденное место в очень горячую воду; Г) быстрое растирание спиртом;
Д) ничего не делать.

10. Что такое радиация?

- А) болезнь; Б) опасный вид энергии, губительный для всего живого;
В) название песни; Г) район города; Д) не знаю.

11. Выбери признаки отравления ядовитыми растениями:

- А) слабость; Б) тошнота и рвота; В) сильные боли в животе;
Г) головокружение; Д) все ответы верны.

12. Что мешает вести здоровый образ жизни?

- А) употребление алкоголя; Б) курение; В) употребление наркотиков;
Г) употребление токсических веществ; Д) все ответы верны.

13. Выбери правила при занятиях физкультурой:

- А) с постепенным усложнением; Б) регулярность занятий;
В) возможность занятий на свежем воздухе; Г) все ответы верны.

14. Сколько степеней отморозения существует?

- А) 1; Б) 2; В) 3; Г) 4; Д) 5.

15. Какого человека называют «пассивный курильщик»?

- А) он вынужден дышать сигаретным дымом; Б) курит редко;
В) у него аллергия на табачный дым; Г) нравится дышать табачным дымом;
Д) часто курит.

Часть В. Выберите три верных ответа из шести предложенных.

В 1 Существуют косвенные признаки съедобных растений. Укажите их.

- 1) Небольшая высота растений. 2) Кора обглодана животными.
3) Плоды поклёваны птицами. 4) Множество косточек у основания дерева.
5) Засохшее растение. 6) Плоды растения обнаружены в гнёздах.

В2 Что нужно сделать при заблаговременном оповещении об угрозе бурь, ураганов, смерчей?

- 1) Убрать с подоконников, балконов и лоджий вещи, которые могут быть подхвачены воздушным потоком.
2) Одеться потеплее, приготовить мобильный телефон. 3) Побыстрее вынести мусор из квартиры.
4) Сесть на машину и уехать в безопасный район. 5) Отключить газ, воду, электричество.
6) Приготовить запасы продуктов питания и питьевой воды.

Часть С ситуационные задачи

С1. Даша и Катя провели на открытом солнце целый день. Долгое времяпровождение на солнце, привело к беде. Солнечному удару. Что необходимо делать?

9 класс

Итоговая контрольная работа

Итоговая контрольная работа состоит из 2 вариантов. В каждом из них имеется 36 заданий. Задания рассчитаны (40-45 минут). Задача учащегося состоит в том, чтобы на специальном бланке или листе бумаги проставить напротив номеров вопросов букву, под которой числится верный, по его разумению, ответ.

Критерии оценивания:

Оценка «5» (отлично) выставляется за количество неверных ответов не более 5;

«4» (хорошо) - не более 11;

«3» (удовлетворительно) - не более 18.

Если учащийся правильно ответил только на 17 заданий и менее, то ему выставляется оценка «неудовлетворительно».

Вариант 1

1. Назовите самую главную опасность, подстерегающую нас в квартире.

- а) Затопление.
- б) Пожар.
- в) Громкая музыка.
- г) Сквозняк.

2. Что в целях личной безопасности запрещается делать в квартире?

- а) Прикасаться к оголенным электропроводам под напряжением.
- б) Открывать окна.
- в) Надолго включать телевизор.
- г) Оставаться одному без родителей.

3. Каково безопасное время нахождения перед экраном работающего компьютера?

- а) Не более одного часа.
- б) Не более двух часов.
- в) Не более трех часов.
- г) Не более четырех часов.

4. Что больше всего способствует несчастным случаям?

- а) Задумчивость, лень.
- б) Невнимательность, излишняя самоуверенность.
- в) Несоблюдение правил обращения с опасными предметами, вредные привычки (пьянство, наркомания, токсикомания).
- г) Надежда на «авось».

5. Незнакомый человек пытается уговорить вас открыть дверь. Вы должны:

- а) Открыть дверь.
- б) Спросить: «Кто?» и открыть дверь после того, как человек назовет себя.
- в) Дверь не открывать, позвонить в милицию. Если нет телефона - выйти на балкон (или высунуться в окно), просить прохожих сообщить в милицию.
- г) Спрятаться под кровать.

6. Наибольшее количество несчастных случаев на улице происходит из-за:

- а) игры в футбол;
- б) дорожно-транспортных происшествий;
- в) повышенной любознательности людей;
- г) невнимательности людей.

7. Сколько раз надо посмотреть налево и направо перед переходом дороги?

- а) 1 раз.
- б) 2 раза.
- в) 3 раза.
- г) Столько, сколько нужно, чтобы убедиться в отсутствии транспортных средств слева и справа.

8. У пешеходного перехода остановился автомобиль. Водитель машет вам рукой, предлагая переходить улицу. Выберите правильный ответ.

- а) Переходить улицу можно только в том случае, если кроме этого автомобиля других движущихся транспортных средств нет и если этот автомобиль не закрывает собой транспортные средства, движущиеся по другим полосам.
- б) Переходить нельзя.
- в) Надо посоветоваться с прохожими, как поступить.
- г) Надо послушать водителя.

9. Что скорее может привести к несчастным случаям на уроках физики, химии, труда, физкультуры?

- а) Плохое самочувствие.
- б) Невыполнение требований безопасности, баловство и невнимательность.

в) Временное отсутствие преподавателя на уроке.

г) Неподготовленность к урокам.

10. По степени тяжести травмы бывают:

а) Значительные, малозначительные и незначительные.

б) Легкие, средней тяжести, тяжелые, крайне тяжелые, смертельные.

в) Непредсказуемые.

г) Крупные, средние и мелкие.

11. Что такое первая медицинская помощь пострадавшему?

а) Это подбадривание словом и взглядом.

б) Мероприятия по спасению жизни пострадавшего очевидцами на месте происшествия.

в) Выполнение всех просьб пострадавшего.

г) Призывы об оказании помощи пострадавшему

12. Что является основной задачей оказания первой медицинской помощи пострадавшему?

а) Подготовка пострадавшего к отправке домой или на работу.

б) Излечение пострадавшего.

в) Спасение жизни пострадавшего и предупреждение возможных осложнений до прибытия врачей.

г) Сообщение о случившемся в лечебное учреждение.

13. Что характеризует механическую травму?

а) Наличие раны, боль, кровотечение.

б) Слабое дыхание.

в) Посторонние предметы во рту.

г) Слезы ил глазах.

14. Что запрещается делать при обработке раны?

а) Удалять из раны костные осколки, острые предметы, лить в рану любую жидкость, в том числе на стойку йода.

б) Разговаривать с пострадавшим, беспокоя его.

в) Отвлекаться на выслушивание чьих-то советов.

г) Вызывать «скорую помощь».

15. Что допускается удалять из раны?

а) Кровь, если она сильно течет.

б) Кусочки кожи, когда они частично оторваны.

в) Свобод» о лежащие в ране или на ране предметы (обрывки одежды, крупные осколки стекол и тому подобное).

г) Всё, что может находиться в ране.

16. Назовите основные признаки болевого шока 3-й степени:

а) Человек стонет, зовет на помощь.

б) У человека затемнено сознание, зрачки на свет не реагируют, дыхание поверхностное, учащенное, температура тела понижена.

в) Человек часто требует воды.

г) Человек: громко разговаривает сам с собой.

17. Когда шок 3-й степени переходит в терминальное состояние (состояние клинической смерти)?

а) Если при шоке 3-й степени не была оказана первая медицинская помощь или она была оказана не качественно, не своевременно.

б) Если больной отказался от первой медицинской помощи.

в) Если пострадавшему забыли дать понюхать нашатырный спирт.

г) Если больному не сказали, что он тяжело болен.

18. До истечения какого времени человека, находящегося в терминальном состоянии, еще можно спасти?

а) Любого.

б) 5 минут.

в) 8 минут.

г) 10 минут

19.. Какую ошибку нельзя допускать при проведении пострадавшему искусственной вентиляции легких?

а) Не запрокинута голова.

- б) Не получено его согласие на проведение данной процедуры.
- в) Не сделана перевязка ран.
- г) Не снята обувь.
- д) Не расслаблен поясной ремень.

20. С какой ритмичностью должен осуществляться непрямой массаж сердца?

- а) 30 нажатий на грудину в минуту.
- б) 40 нажатий.
- в) 50 нажатий.
- г) 60 нажатий или немного больше.

21. Когда проводится искусственная вентиляция легких методом «рот в нос»?

- а) Если брезгуете делать искусственное дыхание в рот.
- б) Когда невозможно открыть рот пострадавшему, поскольку у него сломана челюсть, имеются сильные повреждения нижних отделов лица.
- в) Если об этом просят прохожие.
- г) Если считаете нужным делать только так.

22. Если в проведении мероприятий реанимации участвуют два человека, то когда проверяется пульс на сонных и бедренных артериях?

- а) Постоянно в перерывах между искусственной вентиляцией легких, то есть во время непрямого массажа сердца.
- б) Через каждые 5 минут.
- в) Через каждые 10 минут.
- г) Через 30 минут, по завершении первого этапа реанимации.

23. Что нужно сделать, чтобы клиническая смерть у спасенного пострадавшего не повторилась?

- а) Накрыть пострадавшего чем-либо.
- б) Осторожно повернуть его на правый бок.
- в) Подложить под ноги ему валик.
- г) Оставить пострадавшего в покое.

24. Назовите причину, по которой может произойти утопление.

- а) Нырание с большой высоты в холодную воду (остановка сердца из-за реакции на температуру воды).
- б) Купание в теплой воде.
- в) Купание в мутной воде.
- г) Отсутствие защитных очков и ласт.

25. Назовите виды поражающих факторов стихийных бедствий и катастроф.

- а) Повышенный шум, задымленность, загазованность.
- б) Механический, термический, химический, радиационный, биологический, комбинированный.
- в) Инертный, пассивный, активный.
- г) Энергетический, онкологический, травматический.

26. Что необходимо сделать при ожогах глаз кислотой?

- а) Обильно промыть глаза струей чистой воды (не менее 15 минут), наложить стерильную повязку.
- б) Закрыть глаза и полежать.
- в) Промыть их спиртом (водкой).
- г) Промыть их мылом.

27. Что из названного ниже сильнее вредит состоянию здоровья?

- а) Питание незрелыми фруктами и овощами.
- б) Употребление холодной воды.
- в) Любовь к сладким компотам.
- г) Пища с избытком жиров, холестерина, дефицитом витаминов.

28. Не пользоваться чужими полотенцами, расческами, не выдавливать угри и гнойнички -к вопросам какой сферы относятся эти правила:

- а) Личной гигиены.
- б) Морали и нравственности.
- в) Культуры общезития.

г) Косметологии.

29. Почему необходимо воспитывать в себе уверенность?

- а) Она помогает хорошо учиться, заниматься спортом, играть в различные игры, т.е. жить.
- б) Она помогает успешно сдавать экзамены.
- в) Имея ее, не страшно ходить по ночным улицам.
- г) Помогает терпеть физическую и моральную боль.

30. Если у вас появилась острая потребность в деньгах, что вы станете делать?

- а) Будете просить их у родителей до тех пор, пока не дадут.
- б) Одолжите у других родственников или друзей.
- в) Постараетесь заработать самостоятельно (распространение газет, журналов, сезонные работы, лагерь труда и отдыха).
- г) Продадите что-либо из домашних вещей.

31. Почему в подростковом возрасте надо больше всего контролировать свое поведение?

- а) Потому что этого требуют взрослые.
- б) Это дает самоуважение.
- в) Иначе можно совершить плохой поступок и даже преступление.
- г) Потому что это нравится девушкам.

32. Сколько обычный подросток должен спать, чтобы быть здоровым?

- а) 8-9 часов.
- б) 6-7 часов.
- в) 5-6 часов.
- г) 4-5 часов.

33. Почему нельзя перенапрягаться, переутомляться при занятии бодибилдингом (накачивании мышц)?

- а) Потом нет сил учиться, заниматься умственным трудом.
- б) Приходится пить много жидкости.
- в) Может пострадать сердечно-сосудистая система.
- г) Кожа сильно потеет.

34. К какой ответственности привлекается гражданин, уклоняющийся от постановки на воинский учет?

- а) К ответственности перед родителями.
- б) К ответственности перед школой.
- в) К гражданской ответственности.
- г) К административной или уголовной ответственности

35. Что в основном предполагает военная служба?

- а) Изучение военной истории, экскурсии по местам боевой славы.
- б) Несение всевозможных нарядов.
- в) Различные виды боевой учебы, участие в военных учениях, морских походах.
- г) Участие в военных парадах.

36. Сколько времени для сна предусматривается распорядком дня для солдат?

- а) 5 часов.
- б) 6 часов.
- в) 7 часов.
- г) 8 часов.

Вариант 2

1. Что относится к наиболее вероятной причине возникновения пожара в квартире?

- а) Игры детей со спичками, петардами, бенгальским огнем, зажигалками.
- б) Зажженные электрические лампочки, фонари.
- в) Постоянно работающий холодильник.
- г) Отсутствие в квартире

2. Что необходимо использовать для тушения небольших очагов пожара в квартире?

- а) Любые имеющиеся в квартире жидкости.
- б) Старые газеты.
- в) Веник.
- г) Одеяло

3. Что необходимо сделать в первую очередь при поражении человека электрическим током в квартире?

- а) Немедленно приступить к оказанию ему первой медицинской помощи.
- б) Отключить в доме электричество, выдернуть вилку из розетки.
- в) Позвать взрослых.
- г) Вызвать «скорую помощь».

4. Где нужно хранить опасные для жизни маленьких детей вещества и вещи (уксусную кислоту, лекарства, растворители, лаки, краски, оружие, острые предметы, рыболовные снасти, капканы, газовые баллоны, дезодоранты, освежители воздуха)?

- а) В темных местах.
- б) Под столами, на антресолях.
- в) В недоступных для детей местах (в сейфах, закрытых на замок несгораемых шкафах, помещениях).
- г) В умывальнике на полках.

5. Наибольшее число детей попадают в дорожно-транспортные происшествия в возрасте:

- а) от 5 до 7 лет
- б) от 7 до 14 лет.
- в) от 14 до 16 лет.
- г) от 16 до 18 лет.

6. Что является наиболее распространенной причиной ДТП?

- а) Плохое техническое состояние автомобилей.
- б) Незнание водителями правил дорожного движения.
- в) Управление автомобилем в состоянии алкогольного опьянения, превышение скоростного режима.
- г) Плохое дорожное покрытие, неработающие светофоры.

7. Можно ли начинать переход проезжей части дороги при мигающем зеленом сигнале светофора?

- а) Нельзя.
- б) Можно, но осматриваясь по сторонам.
- в) Можно, но только стараясь успеть перебежать дорогу до включения красного света.
- г) Можно, если идешь с кем-то вдвоем.

8. Можно ли переходить проезжую часть сразу, как только загорелся зеленый сигнал для пешехода?

- а) Нельзя, надо сначала убедиться, что весь транспорт остановился и пропускает пешеходов.
- б) Можно, но только бегом.
- в) Можно, но не спеша.
- г) Можно, если ты не один.

9. Как следует идти по лестнице?

- а) По правой стороне, не спеша, при этом глядя вперед под ноги.
- б) По любой стороне и так, как тебе надо.
- в) Быстрым шагом.
- г) В зависимости от того, насколько ты спешишь

10. По поражающему фактору травмы бывают:

- а) громовые.
- б) ножевые.
- в) огневые.
- г) механические, термические, химические, электрические

11. Кем может оказываться первая медицинская помощь?

- а) Только родственниками.
- б) Только врачами «Скорой помощи».
- в) Очевидцами на месте происшествия.
- г) Только друзьями пострадавшего.

12. Что является основной задачей оказания первой медицинской помощи?

- а) Спасение жизни пострадавшего и предупреждение возможных осложнений.
- б) Остановка кровотечений.
- в) Восстановление нормального психического состояния.

г) Оповещение о пострадавшем организацией «Скорой помощи».

13. От чего возникает болевой шок?

- а) От страха, сильных переживаний.
- б) От сильных, нестерпимых болей.
- в) От сильных душевных мук.
- г) От высокой температуры тела.

14. Что запрещается делать при остановке кровотечения?

- а) Смотреть на рану.
- б) Касаться раны руками, дышать на нее.
- в) Накладывать на рану тканевые повязки.
- г) Транспортировать пострадавшего куда-либо.

15. Что необходимо сделать, если рана находится в местах волосистых участков кожи?

- а) Аккуратно выстричь волосы вокруг раны.
- б) Промыть волосы в месте раны.
- в) Несмотря ни на что, немедленно зажать рану рукой.
- г) Забинтовать рану.

16. Как нужно переносить человека, сломавшего позвоночник?

- а) Аккуратно, на спеша, чтобы не было провисания позвоночника и обеспечивалась полная его неподвижность.
- б) Как можно быстрее, чтобы скорее доставить человека в больницу.
- в) На носилках.
- г) В одеяле, плащ-палатке.

17. Какие признаки предшествуют терминальному состоянию?

- а) Покраснение кожи, частое мочеиспускание, желание выпить воды.
- б) Спутанность сознания, побледнение кожи, замедленный пульс, судорожное дыхание, резкое понижение температуры тела.
- в) Неразговорчивость, частое и глубокое дыхание, желание поесть.
- г) Покрытие кожи пятнами, нечленораздельные звуки, желание что-то сказать.

18. Что такое экстренная реанимационная помощь?

- а) Это помощь при простудных заболеваниях.
- б) Помощь при сильном нервном расстройстве человека.
- в) Оживление пострадавшего, если он впал в терминальное состояние.
- г) Это помощь при заболевании органов дыхания.

19. Какая должна быть очередность действий при экстренной реанимационной помощи?

- а) Открыть рот пострадавшего и при необходимости очистить дыхательные пути от рвотных масс или попавших в рот песка, мелких камушков и пр., запрокинуть голову пострадавшего, а затем начать делать искусственное дыхание в сочетании с наружным массажем сердца.
- б) Уложить человека на живот, постучать по спине, а затем перевернуть и начать делать искусственное дыхание.
- в) Немедленно начать делать искусственное дыхание и похлопывать по щекам.
- г) Начать делать непрямой массаж сердца, а затем перейти к искусственной вентиляции легких.

20. Проведение искусственной вентиляции легких в сочетании с наружным массажем сердца осуществляется при:

- а) потере пострадавшим сознания.
- б) состоянии клинической смерти (остановка сердца, дыхания).
- в) сильном кровотечении.
- г) наличии травм головы.

21. Что надо сделать, если воздух при искусственной вентиляции легких попал в желудок?

- а) Продолжать делать искусственное дыхание.
- б) Прекратить ИВЛ и ждать, когда воздух выйдет из желудка.
- в) Нажать кистью на верхний отдел живота, т.е. там, где желудок, а затем запрокинуть голову пострадавшего и продолжить делать искусственную вентиляцию легких.

г) Перевернуть пострадавшего на живот и нажать ему на спину.

22. Когда нельзя делать реанимацию?

а) Если у пострадавшего тяжелые травмы шеи с переломами шейных позвонков, тяжелые травмы черепа.

б) Когда у пострадавшего сломана нога.

в) Когда у пострадавшего сломана рука.

г) Если у пострадавшего раны на теле.

23. Назовите основные причины утопления:

а) Незнание особенностей водоема.

б) Неумение плавать, держаться на воде, страх перед водой.

в) Слишком большая глубина водоема.

г) Большое количество купающихся.

24. Может ли употребление спиртных напитков являться причиной утопления человека?

а) Может.

б) Не может.

в) Не может, когда человек пил «в меру».

г) Не может, когда человек умеет плавать.

25. Что необходимо сделать при ожогах кожи кислотой?

а) Промыть пораженное место водой, наложить примочку с раствором пищевой соды.

б) Смазать пораженное место растительным маслом.

в) Наложить сухую стерильную повязку.

г) Промыть рану спиртом.

26. Что необходимо сделать при ожогах пищевода кислотой?

а) Предложить пострадавшему чистую воду (до двух-трех стаканов) молоко, яичные белки.

б) Давать пострадавшему в пищу только хлеб и морковь.

в) Сделать искусственное дыхание.

г) Дать выпить негорячего чая или кофе.

27. Что более вредит здоровью?

а) Хождение на лыжах в морозную погоду.

б) Табакокурение, употребление алкоголя.

в) Хождение по траве босиком в холодную погоду.

г) Прогулки под дождем

28. Чтобы зубы были здоровыми, необходимо

а) регулярно есть фрукты и сладости.

б) полностью исключить из своего рациона всевозможные сладости.

в) после каждого приема пищи полоскать рот водой, никогда после горячего не есть холодное, а после холодного - горячее.

г) употреблять в пищу минимум хлеба и других углеводов.

29. Свои волевые усилия необходимо направлять на:

а) совершение добрых, благородных поступков.

б) достижение высоких спортивных результатов.

в) достижение успехов в учебе.

г) преодоление физической или душевной боли.

30. Чтобы добиться дружбы с уважаемым тобой человеком, необходимо:

а) обещать ему все - даже то, что дать ты явно не в состоянии.

б) говорить ему только правду, смело критиковать все его недостатки.

в) быть преданным :>тому человеку, уметь доверять ему во всем, иметь с ним общие интересы.

г) быть готовым выполнить всё, что бы этот человек ни попросил.

31. Как следует поступать, если в доме отсутствует достаток?

а) Надо искать любые пути, чтобы улучшить материальное положение.

б) Обходиться тем, что есть, и стремиться заработать нужные суммы.

в) Иметь много друзей и родственников, которые всегда помогут.

г) Больше экономить.

32. Почему перед сном не следует пить крепкий чай и кофе?

- а) В них мало калорий.
- б) Это не вкусно.
- в) После этого трудно будет уснуть.
- г) Придется часто вставать.

33. Почему нельзя много времени просиживать за телевизором, компьютером?

- а) Телевизор, компьютер могут испортиться (сломаться).
- б) Из-за этого расходуется много электроэнергии.
- в) В квартире усиливается электромагнитное поле.
- г) Это способствует ухудшению зрения, осанки, состояния нервной системы и пр.

34. Когда осуществляется первоначальная постановка на воинский учет?

- а) В 16 лет с 1 по 31 декабря.
- б) Когда исполнится 17 лет.
- в) В период с 1 января по 31 марта в год достижения призывником 17-летнего возраста.
- г) В 18 лет, в любое время года.

35. Что предполагает обязательная подготовка граждан к военной службе?

- а) Получение спортивного разряда по стрельбе, боксу, борьбе.
- б) Получение необходимых знаний в области обороны, прохождение медицинского обслуживания и освидетельствования.
- в) Получение повестки явиться в военкомат.
- г) Получение полного среднего образования.

36. Где основное время службы размещаются солдаты, проходящие военную службу у по призыву?

- а) В общежитиях.
- б) В палаточных городках.
- в) На квартирах.
- г) В казармах, на кораблях.