

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ  
БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ  
«ГУБЕРНАТОРСКИЙ КОЛЛЕДЖ НАРОДНЫХ ПРОМЫСЛОВ»**

УТВЕРЖДЕН ПРИКАЗОМ  
ДИРЕКТОРА № 312 от 21.09.2016

**Фонд оценочных средств  
учебной дисциплины  
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

в рамках основной профессиональной образовательной  
программы (ОПОП) по специальности СПО  
43.02.10 Туризм

Вологда  
2016 год

# **1. Паспорт фонда оценочных средств по учебной дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»**

## **1.1. Область применения фонда оценочных средств по учебной дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности».**

Фонд оценочных средств (далее ФОС) разработан в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее ФГОС СПО) по специальности **43.02.10 – Туризм**. Глава VII «Требования к условиям реализации программы подготовки специалистов среднего звена», п. 8.3. и предназначен для оценки результатов освоения программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

ФОС включает комплект контрольно-оценочных средств (далее КОС) и оценочных материалов для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачета.

## **1.2. Результаты освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».**

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

### *личностных:*

развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

готовность к служению Отечеству, его защите;

формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;

освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

### *метапредметных:*

овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;

обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;

выявлять причинноследственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных

целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

формирование установки на здоровый образ жизни;

развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

*предметных:*

сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

## **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:

<b>Результаты обучения: умения, знания</b>	<b>Показатели оценки результата</b>	<b>Форма контроля и оценивания</b>
<b>Уметь:</b>		

<p><b>У 1.</b> Уметь владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</p> <p>И2. Использовать приобретенное умение в практической деятельности и повседневной жизни для оказания первой медицинской помощи;</p> <p>И4. вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.</p>	<p>Владение способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</p> <p>Оказывать первую медицинскую помощь.</p> <p>Вызов (обращение за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.</p>	<p>Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование</p>
<p><b>У 2.</b> Уметь пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты</p>	<p>Использование средств индивидуальной и коллективной защиты</p>	<p>Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование</p>
<p><b>У 3.</b> Уметь оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.</p> <p>И3. Использовать приобретенное умение в практической деятельности и повседневной жизни для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы.</p>	<p>Оценка уровня своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе</p>	<p>Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование</p>
<p><b>Знать:</b></p>		
<p><b>З1.</b> Знать основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него.</p> <p>И1. Использовать приобретенное знание в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.</p>	<p>Демонстрация знания основных составляющих здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; знания о репродуктивном здоровье и факторах, влияющих на него.</p> <p>Ведение здорового образа жизни.</p>	<p>Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование</p>

<p>32. Знать потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания</p>	<p>Демонстрация знания потенциальных опасностей природного, техногенного и социального происхождения, характерных для региона проживания</p>	<p>Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование</p>
<p>33. Знать основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</p>	<p>Демонстрация знания основных задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</p>	<p>Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование</p>
<p>34. Знать основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан</p>	<p>Демонстрация знания основ российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан</p>	<p>Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование</p>
<p>35. Знать порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу</p>	<p>Демонстрация знания порядка первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу</p>	<p>Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование</p>
<p>36. Знать состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации</p>	<p>Демонстрация знания состава и предназначения Вооруженных Сил Российской Федерации</p>	<p>Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование</p>
<p>37. Знать основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе</p>	<p>Демонстрация знания основных прав и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе</p>	<p>Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование</p>
<p>38. Знать основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной</p>	<p>Демонстрация знания основных видов военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской</p>	<p>Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы,</p>

гражданской службы	службы	тестирование
39. Знать требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника.  ИЗ. Использовать приобретенное знание в практической деятельности и повседневной жизни для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы.	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  И4. Использовать приобретенное знание в практической деятельности и повседневной жизни для вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи	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. Комплект оценочных средств и материалов для текущего контроля:

#### 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.

#### 3.2.1. Задания для оценки (текущий контроль)

#### *Проверяемые результаты обучения У1,У2,32,33*

#### **Задание 1.Самостоятельные работы:**

- изучение опорного конспекта
- Изучение лекционного материала

#### **Задание 2:Практические работы:**

1. Отработка норматива одевания индивидуальных средств защиты органов дыхания.

2. Отработка норматива на одевание средств индивидуальной защиты кожи с обучающимися.

***Проверяемые результаты обучения,31,И1.***

**Задание 3. 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.

**Задание 4: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.

***Проверяемые результаты обучения У1,31,И1,И3.***

**Самостоятельные работы:** - Изучение лекционного материала

**Задание 5: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.

**Задание 6. Самостоятельная работа:**

Подготовить презентацию на тему:

- профилактика инфекционных заболеваний.

**Задание 7.Практическиезанятия:**

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».

**Проверяемые результаты обучения У1,У3,36,37,38,ИЗ.**

**Задание 8:Самостоятельные работы:** - Изучение лекционного материала

**Задание 9. 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.

**Задание 10. Самостоятельные работы:**

подготовить сообщения по темам:

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

**Критерии оценивания**

**«отлично»**, если студент показал глубокие и твердые знания программного материала, быстро принимает правильные решения, четко подает команды, безупречно 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.**

**Проверяемые результаты обучения**

**3.2.2. по разделу 1 Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.**

**Письменная контрольная работа(тестирование)**

**Критерии оценки тестовых заданий, за каждый правильный ответ -1 балл**

**90%-100% верно – «отлично» - 5**

**70%-80% верно – «хорошо» - 4**

**50%-60% верно – «удовлетворительно» - 3**

**Менее 50% верно – «неудовлетворительно» - 2**

**Проверяемые результаты обучения 32,33**

**Тест-задание**

- 1. 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.
- 2. 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.
- 3. 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
- 4. Как подразделяются ЧС по характеру источника?**
  - а) на природные и техногенные
  - б) на экологические
  - в) на биолого-социальные
  - г) на военные
- 5. Что является основным источником ЧС природного характера?**
  - а) магнитные бури
  - б) антропогенное воздействие
  - в) стихийные бедствия
  - г) биологические процессы
- 6. Как различают (классифицируют) техногенные ЧС?**
  - а) по количеству погибших
  - б) по месту возникновения
  - в) по причине возникновения
  - г) по характеру основных поражающих факторов
- 7. Как называется крупная авария, приведшая к человеческим жертвам?**
  - а) беда
  - б) авария
  - в) коллапс
  - г) катастрофа
- 8. 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

**9. 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.

**10. 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.

**11. 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.

**12. Наибольшую опасность радиоактивные вещества представляют:**

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

**13. 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

**3.2.3. Разделу 2 Основа медицинских знаний и здорового образа жизни.  
Письменная контрольная работа (тестирование)**

## ***Проверяемые результаты обучения 31***

Тема 1. Основы здорового образа жизни.

### **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 распорядка 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

**Тема 2. Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях, травмах на производстве, при массовых поражениях и заболеваниях.**

*Проверяемые результаты обучения И2,31*

**Тест-задание**

**1) Каковы основные признаки наружного кровотечения?**

- а) медленное и тягучее кровотечение;
- б) быстрое и пульсирующее кровотечение;
- в) сильная боль в повреждённой 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 тёмно-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 3-5см 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».

**По разделу 3 Основы военной службы**

**Письменная контрольная работа (тестирование)**

**Проверяемые результаты обучения 36,37,38,39,310,311**

**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,

обычай 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

#### **4. Контрольно-оценочные материалы для промежуточной аттестации по учебной дисциплине (дифференцированный зачёт)**

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

##### **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

***Проверяемые знания и умения: У1,У2,У3.31,32,33,34,35,36,37,38,39,310,311***

##### **Инструкция для обучающихся**

Внимательно прочитайте задание. Отметьте правильные ответы на вопросы теста.

Время выполнения задания – 2 часа

##### **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

**14. 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.

**15. 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.

**16. 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

**17. Как подразделяются ЧС по характеру источника?**

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

**18. Что является основным источником ЧС природного характера?**

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

**19. Как различают (классифицируют) техногенные ЧС?**

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

**20. Как называется крупная авария, приведшая к человеческим жертвам?**

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

**21. 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

**22. 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

**23. 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.

**24. 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.

**25. Наибольшую опасность радиоактивные вещества представляют:**

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

## **26. 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

## **27. 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.

## **28. 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.

## **29. 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.

## **30. 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.

## **31. 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.

**32. 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».

**33. 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.

**34. 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.

**35. Всеобщая воинская повинность была введена в Российской Империи?**

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

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

- д) указом Президента РФ
- е) указом Президента СССР
- ж) постановлением Правительства РФ
- з) постановлением Верховного Совета СССР

**37. Старшинство военнослужащих определяется**

- д) приказанием непосредственного начальника

- е) приказанием прямого начальника
- ж) приказом
- з) воинскими званиями

**38. Несение караульной службы является**

- д) тактической задачей
- е) боевой задачей
- ж) учебным сбором
- з) патрульной операцией

**39. Граждане утрачивают статус военнослужащих**

- д) с началом военной службы
- е) с окончанием военной службы
- ж) со дня приема военной присяги
- з) с момента вручения повестки о призыве на военную службу

**40. Каковы основные признаки наружного кровотечения?**

- е) медленное и тягучее кровотечение;
- ж) быстрое и пульсирующее кровотечение;
- з) сильная боль в повреждённой части тела;
- и) кровь ярко-красного цвета;
- к) кровь темно-красного цвета.

**41. Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?**

- е) кровь спокойно вытекает из раны;
- ж) кровь фонтанирует из раны;
- з) кровь ярко-красного цвета;
- и) кровь тёмно-красного цвета;
- к) слабость.

**42. Каким образом наложит жгут при артериальном кровотечении?**

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

**43. Как правильно наложит 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.

**44. Укажите признаки внутреннего кровотечения?**

- ж) порозовение кожи в области повреждения;
- з) посинение кожи в области повреждения;
- и) учащённый слабый пульс и частое дыхание;



- к) кашель с кровянистыми выделениями;
- л) повышение артериального давления;
- м) чувство неутолимого голода.

**45. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах?**

- д) промыть рану содовым раствором и обработать её спиртом;
- е) промыть рану перекисью водорода (раствором марганцовки) и обработать её йодом;
- ж) смазать рану вазелином или кремом;
- з) заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку.

**46. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при ушибах?**

- г) наложением холода на место ушиба;
- д) наложением тепла на место ушиба;
- е) наложением на место ушиба тугй повязки и обеспечением повреждённому месту покоя.

**47. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при растяжениях?**

- д) наложить на повреждённое место холод;
- е) наложить на повреждённое место тепло;
- ж) наложить на повреждённое место тугую повязку и обеспечить ему покой;
- з) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

**48. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при вывихах?**

- д) обеспечить повреждённой конечности покой;
- е) наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обильное питьё;
- ж) наложить тугую повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;
- з) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

**49. Какой должна быть первая медицинская помощь при открытых переломах?**

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

**50. Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?**

- д) провести иммобилизацию места перелома;
- е) устранить искривление конечности;
- ж) положить на место травмы холод и дать пострадавшему обезболивающее средство;
- з) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

**51. Какой должна быть первая медицинская помощь при подозрении на сотрясение головного мозга?**

- 27. надо обеспечить пострадавшему абсолютный покой;
- 28. на голову пострадавшему наложить тёплую грелку;
- 29. на голову пострадавшему положить холод;
- 30. вызвать врача.

**52. Как оказать экстренную реанимационную помощь пострадавшему?**

- д) положить пострадавшего на спину на твёрдую ровную поверхность;
- е) положить пострадавшего на спину на мягкую ровную поверхность;

- ж) произвести прекардиальный удар в область грудины;
- з) приступить к непрямому массажу сердца и проведению искусственной вентиляции лёгких, вызвать «скорую помощь».

**Критерии оценки:**

**Максимальное количество баллов 52**

**Менее 26 баллов - «неудовлетворительно» - 2**

**26-35 баллов – «удовлетворительно» - 3**

**36- 45 баллов – «хорошо» - 4**

**46-52 баллов – «отлично» - 5**

**Основная литература**

Основы безопасности жизнедеятельности. Программы для общеобразовательных учреждений. 5 – 11кл. / В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский. – М. : Дрофа, 2012.

Тупикин Е.И., Евтеев В.А. «Основы безопасности жизнедеятельности». - Вологда: Издательский центр ВИРО, 2007.

**Дополнительная литература**

Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Ижевский П.В. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учеб. для учащихся 10-11 кл. общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2005.

Латчук В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл.: Метод. пособие. – М. Дрофа, 2009.

Марков В.В. Основы безопасности жизнедеятельности.10 кл. М.: Просвещение, 2006.

Марков В.В. Основы безопасности жизнедеятельности.11 кл.М.: Просвещение, 2006.

Федюкович Н.И. Основы медицинских знаний: Учеб. пособие для учащихся 10-11 кл., учащихся проф. - техн. и сред. спец. учеб. заведений. Серия «Учебники 21 века»: «Феникс», 2001.

Бубнов В.Г. «Атлас спасателя» в электронном варианте.

**Интернет-ресурсы**

[www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).

[www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).

[www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).

[www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ).

[www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).

[www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) (Books Gid. Электронная библиотека).

[www.globalteka.ru/index.html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).

[www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).

[www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).

[www.school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).

[www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).

[www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).

[www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).

[www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность).

[www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).