



Министерство здравоохранения Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Рязанский государственный медицинский университет
имени академика И.П. Павлова»
Министерства здравоохранения Российской Федерации
ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России

Утверждено решением ученого совета
Протокол № 14 от 28.06.2023г.

Фонд оценочных средств дисциплины	«ОУП.08 Основы безопасности жизнедеятельности»
Образовательная программа	Основная профессиональная образовательная программа – программа подготовки специалистов среднего звена по специальности 34.02.01. Сестринское дело
Квалификация	Медицинская сестра/Медицинский брат
Форма обучения	Очная

Фонд оценочных средств дисциплины «ОУП.08 Основы безопасности жизнедеятельности» рассмотрен и одобрен: цикловой методической комиссией общеобразовательного учебного цикла

Протокол № 10 от 02.06.2023г.

Методическим советом филиала, Протокол № 11 от 09.06.2023г.

Учебно- методическим советом университета, Протокол № 10 от 27.06.2023г.

Разработчик (и):

ФИО	Место работы (организация)	Должность
Букина В.И.	Ефремовский филиал ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	Преподаватель

**Паспорт
фонда оценочных средств
по дисциплине Основы безопасности жизнедеятельности**

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Результаты обучения (освоенные умения и знания)	ПК, ОК	Наименование оценочного средства
1.	Раздел 1 Основы комплексной безопасности	Умения: пользоваться средствами индивидуальной защиты; проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни; оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности; Знания: правила безопасности жизнедеятельности; средства реализации поставленных целей.	ОК.1. ОК 2. ОК 4. ОК 5. ОК 6.	Тестирование
2.	Раздел 2 Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций	Умения: владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; Знания: потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; предназначение, структуру и задачи РСЧС; предназначение, структуру и задачи ГО.	ОК.1. ОК 2. ОК 3 ОК 4. ОК 5. ОК 6. ОК 7. ОК 8.	Сам. работа
3.	Раздел 3 Основы обороны государства	Умения: в хронологическом и историческом цикле отслеживать эволюционные периоды развития и становления Вооруженных сил России; разбираться в понятиях – воинская дисциплина, верность воинскому долгу, виды ответственности; отличать военнослужащих по знакам различия, званиям, родам войск; анализировать влияние проведения ритуалов на морально-нравственное состояние военнослужащего, его исполнение воинского долга как в мирное время, так и в военное время;	ОК.1. ОК 2. ОК 3 ОК 4. ОК 5. ОК 6. ОК 7. ОК 8. ОК 9. ОК10.	

		<p>знания:</p> <p>какими качествами должен обладать защитник Родины;</p> <p>какие требования предъявляются к будущему офицеру Российской армии;</p> <p>какие существуют ритуалы в Вооруженных силах Российской Федерации, значение ритуалов;</p> <p>какая существует форма одежды в Вооруженных силах РФ, знаки различия военнослужащих.</p>		
4.	Раздел 4 Правовые основы военной службы	<p>Умения:</p> <p>оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению в военной службе;</p> <p>Знания:</p> <p>особенности прохождения военной службы по призыву и контракту;</p> <p>права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы.</p>	<p>ОК.1.</p> <p>ОК 2.</p> <p>ОК 3</p> <p>ОК 4.</p> <p>ОК 5.</p> <p>ОК 6.</p> <p>ОК 7.</p> <p>ОК 8.</p> <p>ОК 9.</p> <p>ОК10.</p>	Контрольная работа
5.	Раздел 5 Элементы начальной военной подготовки	<p>Умения:</p> <p>представлять как рационально и эффективно использовать структуру казармы для бытового обслуживания, проведения досуга, отдыха, подготовки к несению наряда;</p> <p>представлять организацию несения караульной службы, обязанности часового, разводящего, назначение и состав караула;</p> <p>на практике производить одиночные строевые приемы без оружия;</p> <p>представлять сущность и теоретические положения, определяющие характеристику современного боя;</p> <p>Знания:</p> <p>виды казармы, их назначение и оснащение. Организация быта в казарме. Элементы безопасности при прохождении воинской службы;</p> <p>назначение и смысл несения внутренней службы. Ответственность военнослужащего при несении внутренней службы;</p> <p>назначение и смысл несения караульной службы, подготовка к несению караульной службы, ответственность военнослужащего при несении караульной службы;</p>		Практические занятия № 1-5

		<p>одиночную строевую подготовку, строевые приемы без оружия, передвижение строем;</p> <p>обязанности солдата, выполнение команд, выбор места для ведения стрельбы, маскировку.</p> <p>характеристики стрелкового оружия, устройство, технику безопасности:</p>		
6.	Раздел 6 Военно-профессиональная деятельность	<p>Умения:</p> <p>оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению в военной службе;</p> <p>Знания:</p> <p>основные виды военно-профессиональной деятельности;</p> <p>основные виды высших военно-учебных заведений ВС РФ.</p>		Практические занятия № 6-10
7.	Раздел 7 Основы противодействия экстремизму и наркотизму в Российской Федерации	<p>Умения:</p> <p>пользоваться правилами и рекомендациями безопасного поведения при установлении террористической опасности и угрозе совершения террористической акции;</p> <p>Знания:</p> <p>сущность явлений экстремизма, терроризма и наркотизма;</p> <p>права и ответственность гражданина в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму.</p>		Практические занятия № 11-12
8.	Раздел 8 Основы здорового образа жизни	<p>Умения:</p> <p>использовать приобретенные умения и знания в практической деятельности и повседневной жизни:</p> <p>для ведения здорового образа жизни;</p> <p>Знания:</p> <p>основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;</p> <p>репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него.</p> <p>использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни: для ведения здорового образа жизни.</p>	<p>ОК.1.</p> <p>ОК 2.</p> <p>ОК 4.</p> <p>ОК 5.</p> <p>ОК 6.</p> <p>ОК-7.</p> <p>ОК-8.</p> <p>ОК-9.</p>	Практические занятия № 13-16
9.	Раздел 9 Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	<p>Умения:</p> <p>использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни: оказания первой медицинской помощи;</p>	<p>ОК.1.</p> <p>ОК 2.</p> <p>ОК 4.</p> <p>ОК 5.</p> <p>ОК 6.</p>	Контрольная работа Практические занятия № 17-19

		Знания: общие сведения о травмах и повреждениях организма, их последствия для здоровья человека.	ОК-7. ОК-8. ОК-9.	Практические занятия № 20-21 Контрольная работа
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------	----------------------------------------------------

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИХ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих знаний и умений:

Таблица 1

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения	
<p>У1. владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</p> <p>У2. использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:</p> <p style="padding-left: 20px;">- для ведения здорового образа жизни;</p> <p>У3. пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;</p> <p>У4. использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:</p> <p style="padding-left: 20px;">- оказания первой медицинской помощи.</p> <p>У5. описывать военно - исторические события, становления её Вооруженных Сил;</p> <p>У6. разбираться в понятиях - воинская дисциплина, верность воинскому долгу, виды ответственности;</p> <p>У7. воспитывать себя в рамках предъявляемых требований к будущему офицеру Российской армии;</p> <p>У8. отличать военнослужащих по знакам различия, званиям, родам войск. Использовать специфику формы одежды при выполнении боевого задания;</p> <p>У9. анализировать влияние проведения ритуалов на морально - нравственное состояние военнослужащего;</p> <p>У10. представлять как рационально и эффективно использовать структуру казармы для бытового обслуживания, проведения досуга, отдыха, подготовки к несению наряда;</p> <p>У11. представлять организацию несения внутренней службы, обязанности дневального, назначение и состав внутреннего наряда;</p> <p>У12. представлять организацию несения караульной службы, обязанности часового, разводящего, назначение и состав караула;</p> <p>У13. на практике производить одиночные строевые приемы без оружия;</p> <p>У14. представлять сущность и теоретические положения, определяющие характеристику современного боя.</p>	<p>Тестирование Самостоятельная работа</p> <p>Практические занятия</p> <p>Входной Оперативный Рубежный (контрольная работа)</p>
Знания	
<p>З1. основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;</p> <p>З2. репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;</p> <p>З3. потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;</p>	<p>Тестирование Самостоятельная работа</p>

<p>34. основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</p> <p>35. предназначение, структуру и задачи РСЧС;</p> <p>36. предназначение, структуру и задачи ГО;</p> <p>37. общие сведения о травмах и повреждениях организма, их последствия для здоровья человека;</p> <p>38. средства и способы защиты при радиации, от СДЯВ, средства и способы биологической защиты.</p> <p>39. Какими качествами должен обладать защитник Родины;</p> <p>310.какие требования предъявляются к будущему офицеру Российской армии;</p> <p>311. какие существуют ритуалы в Вооруженных силах Российской Федерации, значение ритуалов.</p> <p>312.какая существует форма одежды в Вооруженных силах РФ, особенности формы, её специфичность в различных родах войск, знаки различия военнослужащих.</p> <p>313.виды казармы, их назначение и оснащение, организация быта в казарме, элементы безопасности при прохождении воинской службы.</p> <p>314.Назначение и смысл несения внутренней службы, ответственность военнослужащего при несении внутренней службы.</p> <p>315. назначение и смысл несения караульной службы, подготовка к несению караульной службы, ответственность военнослужащего при несении караульной службы.</p> <p>316. одиночную строевую подготовку, строевые приемы без оружия, передвижение строем.</p> <p>317. обязанности солдата, выполнение команд, выбор места для ведения стрельбы, маскировку.</p> <p>318. характеристики стрелкового оружия, устройство, технику безопасности.</p>	<p>Контрольная работа Практические работы Входной Оперативный Рубежный (контрольная работа)</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------

3. ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Формы и методы оценивания

Предметом оценки служат знания, умения и навыки по дисциплине Основы безопасности жизнедеятельности и направленные на формирование общих и профессиональных компетенций.

Текущий контроль освоения студентами программного материала учебной дисциплины имеет следующие виды: входной, оперативный и рубежный.

Входной контроль знаний студентов проводится в начале изучения дисциплины с целью определения уровня знаний, общей эрудиции, включает в себя методы тестирования, проведения беседы, анкетирования, наблюдения.

Оперативный контроль проводится с целью объективной оценки качества освоения программы учебной дисциплины, а также стимулирования учебной работы студентов, мониторинга результатов образовательной деятельности, подготовки к промежуточной аттестации и обеспечения максимальной эффективности учебно-воспитательного процесса.

Оперативный контроль проводится преподавателем на любом из видов учебных занятий. Формы оперативного контроля (контрольная работа, тестирование, опрос, выполнение и защита практических, наблюдение за деятельностью обучающихся и т.д.) выбираются преподавателем, исходя из методической целесообразности.

Рубежный контроль является контрольной точкой по завершению отдельного раздела учебной дисциплины.

Зачет проводится по окончании изучения дисциплины.

В системе оценки знаний и умений используются следующие критерии:

⇒ **«Отлично»** – за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором студент легко ориентируется, владение понятийным аппаратом за умение связывать теорию с практикой, решать практические задачи, высказывать и обосновывать свои суждения.

⇒ **«Хорошо»** – если студент полно освоил учебный материал, владеет понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет знания для решения практических задач, грамотно излагает ответ, но содержание и форма ответа имеют некоторые неточности;

⇒ **«Удовлетворительно»** – если студент обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении знаний для решения практических задач, не умеет доказательно обосновать свои суждения;

⇒ **«Неудовлетворительно»** – если студент имеет разрозненные, бессистемные знания, не умеет выделять главное и второстепенное, допускает ошибки в определении понятий, искажает их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал, не может применять знания для решения практических задач; за полное незнание и непонимание учебного материала или отказ отвечать.

КАРТА
распределения контрольных точек по дисциплине

Дидактические единицы	Формы контроля (наименование контрольной точки)	Проверяемые ОК, У, З	Баллы, соответствующие оценке			
			«5»	«4»	«3»	«2»
Основы комплексной безопасности	Тестирование	У1. У2. 31. 32. ОК1. ОК2. ОК3. ОК4. ОК5. ОК6.	5	4	3	2
Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций	Самостоятельная работа	У3. 33. 34. 35. 36. ОК.1. ОК 2. ОК3. ОК 4. ОК 5. ОК 6. ОК 7. ОК 8. ОК 9.	5	4	3	2
Основы обороны государства. Правовые основы военной службы	Контрольная работа	У5-У9. 39-312. ОК.1. ОК 2. ОК3. ОК 4. ОК 5. ОК 6. ОК 7. ОК 8. ОК 9. ОК10	5	4	3	2
	Итого		15-14	13-11	10-8	7-6
Элементы начальной военной подготовки.	Практические занятия № 1-5	У4. 37. ОК.1. ОК 2. ОК3. ОК 4. ОК 5. ОК 6. ОК 7. ОК 8. ОК 9	5	4	3	2
Военно-профессиональная деятельность	Практические работы № 6-10	У3. 33. 38. ОК.1. ОК 2. ОК3. ОК 4. ОК 5. ОК 6. ОК 7. ОК 8. ОК 9	5	4	3	2
Основы противодействия экстремизму и наркотизму в Российской Федерации Основы здорового образа жизни	Практические работы № 11-12	У1. У2. 31. 32. ОК.1. ОК 2. ОК3. ОК 4. ОК 5. ОК 6. ОК	5	4	3	2
	Практические работы № 13-16	7. ОК 8. ОК 9	5	4	3	2
Основы медицинских знаний	Практические работы № 17-21	У1. У2. 31. 32. ОК.1. ОК 2. ОК3. ОК 4. ОК 5. ОК 6. ОК	5	4	3	2
	Контрольная работа	7. ОК 8. ОК 9.	5	4	3	2
	Итого		30-27	26-21	20-18	17-12
	Всего баллов по дисциплине		45-41	40-32	31-26	25-18

Составитель

В.И.Букина

3.2. Типовые задания для оценивания умений и знаний по дисциплине

Материалы контроля	Приложение №
Тестовые задания	Приложение 1
Комплект заданий для самостоятельной работы	Приложение 2
Комплект заданий для контрольной работы 1 семестр	Приложение 3
Комплект заданий для контрольной работы 2 семестр	Приложение 4
Методические указания к практическим работам	Приложение 5
Вопросы и билеты к дифзачету	Приложение 6

**Ефремовский филиал федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Рязанский государственный медицинский университет имени академика
И.П.Павлова»
Министерства здравоохранения Российской Федерации**

Тестовые задания

по дисциплине Основы безопасности жизнедеятельности

Вариант 1

Выберите один правильный ответ:

1. Ценность человеческого организма, по определению ВОЗ, заключающегося не просто в отсутствии болезней, а состояние физического, психического и социального благополучия, называют
 - а) мышлением;
 - б) безопасностью;
 - в) иммунитетом;
 - г) здоровьем.
2. Чем отличается катастрофа от аварии:
 - а) наличием человеческих жертв, значительным ущербом;
 - б) воздействием поражающих факторов на людей;
 - в) воздействием на природную среду.
3. Здоровье нашего разума:
 - а) социальное;
 - б) духовное;
 - в) физическое.
4. Антропогенные изменения в природе — это:
 - а) изменения, происходящие в природе в результате чрезвычайных ситуаций природного характера;
 - б) изменения, происходящие в природе в результате воздействия солнечной энергии;
 - в) изменения, происходящие в природе в результате хозяйственной деятельности человека.
5. Здоровье человека на 50% зависит от:
 - а) экологических факторов;
 - б) состояния медицинского обслуживания населения;
 - в) наследственности;
 - г) образа жизни.
6. Что такое образ жизни человека?
 - а) комплекс мер, направленных на достижение высокого уровня работоспособности;
 - б) мысли, действия, привычная модель поведения;
 - в) питание и отдых, ежегодный оплачиваемый отпуск;
 - г) показатель, как человек реализует условия жизнедеятельности для своего здоровья.
7. Экология влияет на:
 - а) 50% здоровья;
 - б) 20% здоровья;
 - в) никак не влияет на здоровье;
 - г) 70% здоровья.

8. Основные составляющие здоровья, это:
- а) экология, образ жизни, экономика, медицина, наука и общество;
 - б) генетика, мораль, нравственность, медицина, религия;
 - в) медицина, нравственность образ жизни, общество;
 - г) образ жизни, наследственность, медицина, экология.
9. Природная чрезвычайная ситуация гидрологического происхождения, представляющая собой гигантские океанические волны, возникающие в результате подводных землетрясений, называют:
- а) сель;
 - б) цунами;
 - в) обвал;
 - г) наводнение
10. Объект, при аварии или разрушении которого могут произойти массовые поражения людей, животных и растений опасными химическими веществами, это:
- а) пожароопасный объект;
 - б) химически опасный объект;
 - в) гидродинамическим опасным объект.
11. На какие части можно условно разделить понятие ЗДОРОВЬЕ?
- а) Нравственное + Физическое + Психическое;
 - б) Физическое + Социальное + Экологическое;
 - в) Физическое + Социальное + Духовное;
 - г) Физическое + Психическое + Умственное
- Выберите несколько правильных ответов:**
12. Факторами, оказывающими влияние на здоровье населения, являются:
- а) генетические
 - б) природно-климатические
 - в) уровень и образ жизни населения
 - г) уровень, качество и доступность медицинской помощи
 - д) социально-экономические условия
13. Среди приведенных названий различных привычек найдите те, которые соответствуют здоровому образу жизни:
- а) пристрастие к карточным играм;
 - б) систематические занятия физической культурой;
 - в) неукоснительное исполнение правил личной гигиены;
 - г) систематическое уклонение от занятий физической культуры из-за относительно слабого здоровья;
 - д) злоупотребление сладкой и жирной едой.
14. Гидрологические опасные явления:
- а) высокие уровни вод (наводнения), половодья;
 - б) высокие уровни грунтовых вод;
 - в) отрыв прибрежных льдов;
 - г) заторы, зажоры;
 - д) низкие уровни грунтовых вод.

Вариант 2**Выберите один правильный ответ:**

1. Одной из составляющих здорового образа жизни является:
 - а) малоподвижный образ жизни;
 - б) оптимальный уровень двигательной активности;
 - в) курение и употребление алкоголя в небольших количествах.
2. Что такое «чрезвычайная ситуация»?
 - а) состояние объекта, территории или акватории, при котором возникает угроза жизни и здоровья для группы людей, наносится материальный ущерб;
 - б) нарушение нормальных условий жизни людей на объекте или определенной территории;
 - в) происшествие в технической системе, не сопровождающееся гибелью людей;
 - г) Событие, происходящее кратковременно и обладающее высоким уровнем негативного воздействия на людей, природные и материальные ресурсы;
3. Правильное чередование периодов работы и отдыха, их продолжительность, рациональное распределение времени в течение одного дня, недели, месяца, года - это:
 - а) режим;
 - б) жизнедеятельность человека;
 - в) динамика работоспособности.
4. Производственные аварии и катастрофы относятся к:
 - а) ЧС экологического характера;
 - б) ЧС природного характера;
 - в) стихийным бедствиям;
 - г) ЧС техногенного характера.
5. Основной причиной умственного утомления является:
 - а) длительная и интенсивная умственная деятельность;
 - б) длительная и интенсивная деятельность опорно-двигательного аппарата;
 - в) нарушение деятельности системы кровообращения.
6. Из приведенных определений здоровья выберите то, которое принято Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ):
 - а) состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков;
 - б) отсутствие у него болезней и физических недостатков;
 - в) отсутствие у него болезней, а также оптимальное сочетание здорового образа жизни с умственным и физическим трудом.
7. Здоровый образ жизни зависит в большей степени от:
 - а) экологической ситуации в стране
 - б) качества продуктов питания
 - в) эпидемической обстановки в регионе
 - г) личная заинтересованность человека
8. Здоровье человека зависит от образа жизни человека на ...
 - а) 20%;
 - б) 35%;
 - в) 50%;
 - г) совсем не зависит.
9. Катастрофа - это ЧС:
 - а) возникающая по техническим причинам, а также из-за случайных внешних воздействий на промышленном предприятии;
 - б) связанная с угрозой выброса опасного вещества;
 - в) повлекшая за собой человеческие жертвы, ущерб.
10. Здоровый образ жизни - это:

- а) физическая и двигательная активность;
- б) рациональное питание;
- в) четкий режим труда и отдыха;
- г) закаливание;
- д) все ответы верны.

11. Здоровье нашего тела:

- а) духовное;
- б) физическое;
- в) социальное

12. Что такое жизнедеятельность:

- а) нарушение нормальных условий жизни людей на объекте или определенной территории;
- б) сложный биологический процесс, происходящий в организме человека, позволяющий сохранить здоровье;
- в) нарушение деятельности системы кровообращения.

Выберите несколько правильных ответов:

13. В определение здоровья, принятого ВОЗ, входят:

- а) состояние полного духовного и социального благополучия;
- б) отсутствие болезней и физических дефектов;
- в) отсутствие инвалидности.

14. Геофизические опасные явления:

- а) землетрясений;
- б) оползней;
- в) пыльные бури;
- г) извержения вулканов;
- д) бури, ураганы.

Критерии оценки

Оценка	Процент выполнения задания
5	85-100
4	76-84
3	51-75
2	1-50
1	0

Составитель..... В.И. Букина

Приложение 2

**Ефремовский филиал федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Рязанский государственный медицинский университет имени академика
И.П.Павлова»
Министерства здравоохранения Российской Федерации**

Комплект заданий для самостоятельной работы
по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»
Вопросы
для самостоятельной работы

Тема 1.1. Общие понятия о здоровье. Критерии здорового образа жизни

1. Влияние здорового образа жизни на безопасность жизнедеятельности.
2. Понятие здоровья, его содержание.
3. Факторы, оказывающие влияние на здоровье.
4. Основные компоненты здоровья.
5. Критерии здоровья.
6. Образ жизни и его влияние на здоровье.
7. Понятие о здоровом образе жизни.
8. Основные критерии здорового образа жизни.
9. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности.

Тема 2.1. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

10. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.
11. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
12. Основные правила поведения в чрезвычайных ситуациях.

Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

13. РСЧС, структура, история создания.
14. Задачи РСЧС.
15. Права и обязанности граждан РФ при ЧС.

Тема 2.3. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.

16. История и задачи гражданской обороны.
17. Современные средства поражения.
18. Мероприятия по защите населения.

Критерии оценки:

- оценка «отлично» выставляется студенту, если в работе чёткие и полные ответы, выделены наиболее существенные признаки объекта; верно и умело сопоставлены факты, правильно установлены причинно-следственные, пространственные и временные связи; сделаны верно выводы.

- оценка «хорошо» выставляется студенту, если в работе есть отдельные неточности в ответах, выводах; наличие 2-3 ошибок или 4-6 недочётов по изученному материалу.

- оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, за работу, в которой преобладают ответы с неточностями, нечёткими выводами; наличие 4-6 ошибок или 8 недочётов по изученному материалу.

- оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если уровень выполнения требований ниже удовлетворительного, ошибочность выводов; наличие более 6 ошибок или более 10 недочётов по пройденному материалу.

Составитель..... В.И. Букина

**Ефремовский филиал федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Рязанский государственный медицинский университет имени академика
И.П.Павлова»
Министерства здравоохранения Российской Федерации**

**Комплект заданий для контрольной работы
за 1 семестр**

по дисциплине Основы безопасности жизнедеятельности

Вариант 1

1. Каким количеством воинов могло располагать армия Московского государства?
 - А. до 100 000.
 - Б. 150-200 тысяч.
 - В. 500 000.
2. К какому роду войск относится противовоздушная оборона?
 - А. Военно-воздушные силы.
 - Б. Военно-морской флот.
 - В. Сухопутные войска.
3. Что такое мобилизация?
 - А. Особый правовой режим в стране.
 - Б. Период фактического нахождения государства в состоянии войны.
 - В. Комплекс мероприятий по переводу на военное положение.
4. Вооруженные Силы Российской Федерации предназначены:
 - А. Для выполнения задач по международным договорам, по мандату ООН.
 - Б. Для проведения антитеррористических операций.
 - В. Для помощи ГО и ЧС по устранению техногенных и природных катастроф.
5. На основании, какого Федерального Закона готовят офицерские кадры?
 - А. «Закон об обороне»?
 - Б. «Закон о Вооруженных Силах Российской Федерации»
 - В. «Закон о воинской обязанности и военной службе»
6. Переход на зимнюю форму одежды происходит:
 - А. При температуре минус 2 градуса.
 - Б. При температуре минус 6 градусов.
 - В. По приказу.
7. Военная присяга – это:
 - А. Торжественная клятва, имеющая силу государственного правового документа.
 - Б. Торжественное построение с вручением оружия.
 - В. Торжественное построение с вручением закрепленной боевой техники.

Вариант 2.

1. Что послужило толчком для создания Петром I регулярной русской армией?

- А. Поражение под Нарвой.
 Б. Полтавская битва.
 В. Азовский поход.
2. Какие войска сформированы в 2001 году?
 А. Ракетные войска стратегического назначения (РВСН).
 Б. Войска гражданской обороны.
 В. Космические войска.
3. Военская обязанность предусматривает:
 А. Военский учет, обязательную подготовку к военной службе, призыв на военную службу.
 Б. Прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы.
 В. Всё перечисленное.
4. Что входит в понятие «Боевое дежурство»?
 А. Внутренняя служба.
 Б. Караульная служба.
 В. Все перечисленное.
5. Гражданин, имеющий среднее образование имеет право поступить:
 А. В военный университет.
 Б. В военный институт.
 В. В военную академию.
 Г. Всё перечисленное
6. Генерал-майор сухопутных войск на флоте – это:
 А. Вице-адмирал.
 Б. Контр- адмирал.
 В. Адмирал Флота.
7. Боевое Знамя воинской части хранится:
 А. В специальном закрытом помещении.
 Б. Охраняется часовым на посту.
 В. В музее Славы воинской части.

Критерии оценки

Оценка	Процент выполнения задания
5	85-100
4	76-84
3	51-75
2	1-50
1	0

Составитель..... А.С. Семенов

**Ефремовский филиал федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Рязанский государственный медицинский университет имени академика
И.П.Павлова»
Министерства здравоохранения Российской Федерации**

**Комплект заданий для контрольной работы за 2
семестр**

по дисциплине Основы безопасности жизнедеятельности

Вариант 1

1. Самым надежным способом остановки кровотечения в случае повреждения крупных артериальных сосудов рук и ног является:
 1. наложение давящей повязки;
 2. пальцевое прижатие;
 3. максимальное сгибание конечности;
 4. наложение жгута.
2. Как остановить обильное венозное кровотечение?
 1. наложить давящую повязку;
 2. наложить жгут;
 3. обработать рану спиртом и закрыть стерильной салфеткой;
 4. продезинфицировать спиртом и обработать йодом.
3. Кровотечение это-
 1. отравление АХОВ;
 2. дыхательная функция;
 3. повышенное артериальное давление;
 4. перелом кости.
 5. истечение кровью из кровеносных сосудов при нарушении целостности их стенки;
4. Характерные признаки артериального кровотечения:
 1. кровь тёмного цвета, вытекает ровной струёй;
 2. кровоточит вся поверхность, вытекает в виде небольших капель.
 3. кровь алого цвета, вытекает пульсирующей струёй;
5. Вместо жгута можно использовать:
 1. давящую повязку;
 2. закрутку;
 3. холод к ране;
 4. компресс.
6. К закрытым повреждениям относятся:
 1. ссадины и раны;
 2. царапины и порезы;
 3. вывихи, растяжения, ушибы.
7. При оказании первой помощи в случае перелома запрещается:
 1. вставлять на место обломки костей и вправлять на место вышедшую кость;
 2. проводить иммобилизацию поврежденных конечностей;
 3. останавливать кровотечение.
8. Как оказать первую медицинскую помощь при переломе костей таза?
 1. обработать место перелома дезинфицирующим средством, наложить шину;
 2. уложить на жесткую поверхность, наложить две шины с внутренней и внешней стороны бедра;

3. выпрямить ноги, уложить неподвижно и вызвать врача;
 4. не трогать пострадавшего;
 5. пострадавшего уложить на ровную жесткую поверхность, под согнутые и разведенные коленные суставы подложить валик (поза лягушки).
9. У пострадавшего на пожаре поражены ткани, лежащие глубоко (подкожная клетчатка, мышцы, сухожилия, нервы, сосуды, кости), частично обуглены ступни, какая у него степень ожога
- | | |
|---------|---------|
| 1. I | 4. IIIБ |
| 2. II | 5. IV |
| 3. IIIа | |
10. Назовите признаки закрытого перелома
1. боль, припухлость;
 2. кровотечение, боль, зуд;
 3. боль, припухлость, кровотечение;
 4. нарушение двигательной функции поврежденного органа, боль, припухлость, деформация в месте травмы.
11. При открытом переломе конечности с сильным кровотечением раны необходимо в первую очередь:
1. обработать край раны йодом;
 2. провести иммобилизацию конечности;
 3. остановить кровотечение;
 4. промыть рану перекисью водорода.
12. «Кошачий глаз» признак
- | | |
|--------------------------|------------------------------------|
| 1. биологической смерти; | 3. агонии; |
| 2. клинической смерти; | 4. обморока, травматического шока. |
13. Вывих это:
1. смещение конечности при резком движении;
 2. смещение костей друг относительно друга;
 3. стойкое смещение суставных концов костей;
 4. стойкое смещение сустава.
14. При ожоге необходимо:
1. убрать с поверхности тела горячий предмет, срезать ножницами одежду, на поврежденную поверхность на 5—10 минут наложить холод, здоровую кожу вокруг ожога продезинфицировать, на обожженную поверхность наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение;
 2. убрать с поверхности тела горячий предмет, срезать ножницами одежду, поврежденную поверхность смазать йодом, а затем маслом, наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение;
 3. убрать с поверхности тела горячий предмет, не срезая ножницами одежды, залить обожженную поверхность маслом, наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение.
15. Чем следует обработать кожу вокруг раны:
- | | |
|----------------------------------|-----------------------|
| 1. раствором перекиси водорода; | 3. водой; |
| 2. раствором перманганата калия; | 4. 5% раствором йода. |

Вариант 2

1. Первая помощь при растяжении связок:
1. растирание борной мазью, тугой бинт;
 2. согревающий компресс, покой;
 3. охлаждение места растяжения, тугой бинт;

4. массаж, тугой бинт, покой.
2. Как правильно обработать рану?
 1. продезинфицировать рану спиртом и туго завязать;
 2. смочить йодом марлю и наложить на рану;
 3. посыпать солью;
 4. смазать саму рану йодом;
 5. обработать рану перекисью водорода.
3. При ранении кровь течёт непрерывной струёй. Это кровотечение
 1. паренхиматозное;
 2. капиллярное;
 3. артериальное.
 4. венозное;
4. Какую информацию необходимо указать в записке, прикрепляемой к жгуту:
 1. фамилию, имя, отчество пострадавшего, время получения ранения;
 2. дату и точное время (часы и минуты) наложения жгута;
 3. дату, точное время (часы и минуты) наложения жгута, а также фамилию, имя, отчество пострадавшего, фамилию, имя отчество наложившего жгут.
5. Чем смазывается ожог третьей степени при оказании первой помощи:
 1. вазелином;
 2. борной мазью;
 3. растительным маслом;
 4. несоленым животным жиром;
 5. смазывать запрещается.
6. Перелом это
 1. разрушение мягких тканей;
 2. трещины, сколы, раздробление костей.
 3. трещины, сколы, переломы ороговевших частей тела;
7. Когда проводят реанимацию
 1. при переломе;
 2. при кровотечении;
 3. при вывихе ноги;
 4. нет правильного ответа;
 5. когда отсутствует дыхание и сердечная деятельность.
8. Где следует накладывать жгут при артериальном кровотечении:

1. выше раны;	3. по середине;
2. ниже раны;	4. не имеет значения.
9. При открытом повреждении живота необходимо
 1. на рану накладывают асептическую повязку. При выпадении из раны петель кишечника или сальника органы вправить и прибинтовать.
 2. дать больному питьё. На рану накладывают асептическую повязку.
 3. на рану накладывают асептическую повязку. При выпадении из раны петель кишечника или сальника органы не вправляют, необходимо накрыть их стерильной марлевой салфеткой или проглаженной хлопчатобумажной тканью и рыхло забинтовать.
10. На какой срок накладывается жгут на конечность:

1. на 3 часа;	4. на 2 ч 30 мин;
2. на 1ч 30 мин;	5. на час
3. на 2 часа;	
11. Переломы могут быть:

1. внутренними;	3. закрытыми.
2. наружными;	
12. Назовите признаки открытого перелома

1. боль, припухлость;
 2. боль, припухлость, кровотечение
 3. нарушение двигательной функции поврежденного органа, боль, припухлость, деформация в месте травмы.
 4. открытая рана, видна костная ткань, боль, нарушение двигательной функции поврежденного органа
13. Где расположена сонная артерия:
1. под левым ухом;
 2. под правым ухом;
 3. в левой ключице;
 4. в правой ключице;
 5. по обе стороны горла.
14. При обморожении участок кожи необходимо:
1. растереть снегом;
 2. разогреть и дать теплое питье;
 3. растереть варежкой.
15. В качестве шины можно использовать:
1. лыжную палку, доску, полотенце;
 2. обрезок доски, подходящую ветку дерева, лыжу;
 3. лыжную палку, доску, полотенце, гибкий кабель, обрезок доски, подходящую ветку дерева, лыжу.

Критерии оценки

Оценка	Процент выполнения задания
5	85-100
4	76-84
3	51-75
2	1-50
1	0

Составитель..... В.И. Букина

**Ефремовский филиал федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Рязанский государственный медицинский университет имени академика
И.П.Павлова»
Министерства здравоохранения Российской Федерации**

Вопросы к дифференцированному зачету

1. Влияние здорового образа жизни на безопасность жизнедеятельности.
2. Понятие здоровья, его содержание.
3. Факторы, оказывающие влияние на здоровье.
4. Основные компоненты здоровья.
5. Критерии здоровья.
6. Образ жизни и его влияние на здоровье.
7. Понятие о здоровом образе жизни.
8. Основные критерии здорового образа жизни.
9. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности.
10. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера,
11. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
12. Основные правила поведения в чрезвычайных ситуациях.
13. РСЧС, структура, история создания.
14. Задачи РСЧС.
15. Права и обязанности граждан РФ при ЧС.
16. История и задачи гражданской обороны.
17. Ядерное оружие. Поражающие факторы.
18. Химическое оружие. Последствия.
19. Биологическое оружие. Последствия
20. Мероприятия по защите населения.
21. Социальная роль женщины в современном обществе.
22. Отрицательное влияние алкоголя и табака на здоровье человека.
23. Наркотики. Профилактика наркомании.
24. Заболевания, передающиеся половым путем.
25. Шум. Влияние шума на здоровье человека.
26. История создания войска Московского государства.
27. Реформы Петра Первого.
28. Возникновение Красной Армии.
29. Создание и реформы Вооружённых Сил России.
30. Принципы формирования военных округов.
31. Военно - воздушные силы. Воздушно-космический компонент.
32. Военно - морской флот.
33. Сухопутные войска.
34. Другие войска.
35. Виды призыва на военную службу.
36. Организация приписки в военном комиссариате.
37. Прохождение службы в войсках.
38. Прохождение службы в запасе

39. Ограничение и освобождение от призыва.
40. Что такое честь и достоинство военнослужащего?
41. Основные качества присущие военнослужащему- защитнику Отечества.
42. Структура военных заведений в Российской Федерации.
43. Военные институты.
44. Военные Университеты
45. Военные Академии
46. Роль военных комиссариатов в профессиональной ориентации граждан.
47. Виды формы одежды. Современная военная форма. Требования к ней.
48. Знаки различия сержантского состава.
49. Знаки различия офицерского состава.
50. Звания в сухопутных войсках и военно-морском флоте.
51. Ритуал приведения к военной присяге.
52. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части.
53. Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники.
54. Ритуал проводов военнослужащих уволенных в запас или вышедших в отставку.

Преподаватель

В.И. Букина