МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЁЖНОЙ ПОЛИТИКИ

СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Ачитский филиал ГАПОУ СО «Красноуфимский аграрный колледж»

E:\Скан.tif

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОУД. 04 Основы безопасности жизнедеятельности**

***Профессия:* 35.01.14 Мастер по ТО и ремонту МТП**

***2 курс, группа 21-М***

**Уровень освоения ( базовый )**

**Форма обучения: очная**

2023 г.

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями:

-федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утверждённого Приказом Министерства образования и науки РФ от 29.12. 2014 г. № 1645 с изменениями от 11.12.2020;

-федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 35. 01.14. Мастер по ТО и ремонту МТП , утверждённого Приказом Министерства образования и науки РФ от 02.08.2013 г. № 709 (базовая подготовка);

- примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций (ФГАУ«ФИРО» ,от 23 июля 2015 г.)

- рабочей программы воспитания УГС 35.00.00 Сельское, лесное и рыбное хозяйство по профессии 35.01.14 Мастер по техническому обслуживанию и ремонту машинно - тракторного парка.

**Разработчик: Пушкина Яна Сергеевна**, преподаватель Ачитского филиала ГАПОУ СО «Красноуфимский аграрный колледж»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 4

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 4

3.СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 7

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 13

5.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ15

1. **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Основы безопасность жизнедеятельности**

**1.1. Место учебной дисциплины в структуре основной образовательной программы**

Рабочая программа учебной дисциплины ОБЖ является частью основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования по профессии СПО **35.01.14 Мастер по ТО и ремонту МТП** (базовая подготовка).

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования реализуемого в пределах ОПОП СПО.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**  общеобразовательный цикл.

**1.3. Цели и задачи учебная дисциплина**

* освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
* воспитаниеценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества;
* развитиечерт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;
* овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение содержания учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности обеспечивает достижение следующих **результатов:**

• ***личностных (ЛР УД):***

ЛР УД-1 − формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

ЛР УД-2− воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;

ЛР УД-3− освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

ЛР УД-4− готовность к служению Отечеству, его защите.

• ***метапредметных* (МР):**

МР-1 −умение формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций, обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций, выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние набезопасность жизнедеятельности человека;

МР-2 −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;

МР-3−умение выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иноемнение;

МР-4 −умение взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальнойинформации, получаемой из различных источников;

МР-5 −умение применять полученные теоретические знания на практике, принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки ииндивидуальных возможностей;

МР-6 −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* (ПР):**

ПР-1 −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 ивнутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

ПР-2 −сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; пагубно влияющих на здоровье человека;

ПР-3 −сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности, применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

ПР-4 − знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

ПР-5 −получение знаний 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;

ПР-6 −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.

ЛР 1 - Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.

ЛР 2 -Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.

ЛР 3 -Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.

ЛР 4 - Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде личностно и профессионального конструктивного «цифрового следа».

ЛР 5 - Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.

ЛР 6 - Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.

ЛР 7 - Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.

ЛР 8 -Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.

ЛР 9 - Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

ЛР 10 - Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.

ЛР 11 - Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры.

ЛР 12 -Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.

2.1. Обучающийся, освоивший учебную дисциплину, должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов её достижения.определённых руководителем.

ОК 3.Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 7. Организовывать собственную деятельность с соблюдением требований охраны труда и экологической безопасности.

ОК 8. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний ( для юношей)

2.2. **Синхронизация образовательных результатов (ЛР УД ,ПР,МР, ОК )**

**ФГОС СОО и ФГОС СПО**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Личностный | Умение оценивать результат своей деятельности и деятельности одногруппников | ОК 2 | Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов её достижения.определённых руководителем |
| Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников | ОК 4 | Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач. |
| Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты. | ОК 6 | Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами |
| Готовность к служению Отечеству, его защите | ОК 7 | Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний ( для юношей) |
| Метапредметный | Умение принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей; | ОК 2 | Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов её достижения.определённых руководителем |
| Умение формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;  обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;  выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека | ОК 3 | Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы. |
| Умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники | ОК 4 | Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач. |
| ОК 5 | Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности. |
| Предметный | Умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях | ОК 1 | Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес |
| 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 | ОК 3 | Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы |

**3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | ***Количество часов*** |
| **Максимальная учебная нагрузка (всего)** | **48** | |
| **Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)** | **32** | |
| в том числе: |  | |
| лабораторные работы | - | |
| практические занятия | **10** | |
| контрольные работы |  | |
| **Самостоятельная работа обучающегося (всего)** | **16** | |
| в том числе: |  | |
| индивидуальное проектное задание | - | |
| тематика внеаудиторной самостоятельной работы | **16** | |
| **Итоговая аттестация:** в формедифференцированногозачета | | |

**3.2. Тематический план и содержание УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОУД.04 Основы Безопасности Жизнедеятельности

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся** | **Объем часов** | **Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы** |
| 1. | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **Раздел 1. Факторы разрушающие здоровье.** | | | | |
| 1. | Алкоголь и никотин | Вредные привычки и их влияние на здоровье. Разрушающее влияние алкоголя и никотина на организм подростка. | 2 | ЛР УД 1- ЛР УД 3; МР3-МР4; ПР3-ПР4; ОК5-ОК 6; ЛР6,ЛР10 |
| 2. | Наркомания и токсикомания | Влияние наркотиков на организм подростка. Виды наркомании и профилактика. | 2 |
| 3. | Болезни передаваемые половым путем | Инфекции передаваемые половым путем. Меры их профилактики. | 2 |
| 4. | ВИЧ- инфекция и СПИД | **Практическое занятие№1** Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Меры профилактики. Статистика. Статья 121 УК РФ. | 2 |
| **Внеаудиторная самостоятельная работа.** | | | | |
| 5. | Влияние на здоровье человека алкоголя | Составить кластер :алкоголь и его влияние на здоровье человека. | 2 | ЛР УД1-ЛР УД 2; МР 1-МР 3; ПР1-ПР 5; ЛР 6,ЛР 10 |
| 6. | Влияние на здоровье человека никотина | Заполнить таблицу: влияние курения на нервную, сердечно-сосудистую системы. | 2 |
| 7. | Влияние на здоровье человека наркотиков | Сделать презентацию :профилактика наркомании. | 2 |
| **Раздел 2**. **Правовые основы взаимоотношения полов.** | | | | |
| 8. | Брак и семья | Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка». | 2 | ЛР УД 1; МР1-МР3; ПР1-ПР3; ОК 2, ОК4; ЛР 6,ЛР 10 |
| 9. | Репродуктивное здоровье | Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое  условие сохранности репродуктивного здоровья. | 2 |
| **Внеаудиторная самостоятельная работа** | | | | |
| 10. | Здоровый образ жизни -необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья | Составить кластер | 2 | ЛР УД1-ЛР УД 2; МР 1-МР 3; ПР1-ПР 5; ЛР 6,ЛР 10 |
| **Раздел 3. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны.** | | | | |
| 11. | Гражданская оборона РФ. | Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. | 2 | ЛР УД 1- ЛР УД 3; МР3-МР4; ПР3-ПР4; ОК5-ОК8; ЛР6,ЛР10 |
| 12. | Система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций. | 2 |
| 13. | Классификация чрезвычайных ситуаций | Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. | 2 |
| 14. | Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций. | **Практическое занятие № 2** Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.). | 2 |
| 15. | Современные средства поражения | **Практическое занятие № 3** Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения от поражающих факторов ОМП. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях ЧС. | 2 |
| 16. | Средства индивидуальной защиты | **Практическое занятие№ 4** Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени. Устройство, назначение и использование противогаза ГП-7. Простейшие средства защиты. | 2 | ЛР УД 1; МР1-МР3; ПР1-ПР3; ОК 2, ОК6-ОК8; ЛР 6,ЛР 10 |
| 17. | Инженерная защита | **Практическое занятие № 5** Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны.  Правила поведения в защитных сооружениях. | 2 |
| **Внеаудиторная самостоятельная работа.** | | | | |
| 18. | Гражданская оборона в ОУ | Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение. Составить план маршрута передвижения студентов и преподавателей при эвакуации из здания Ачитского филиала ( при пожаре в кабинете …). | 2 | ЛР УП1-ЛР УП 2; МР 1-МР 3; ПР1-ПР 5; ЛР 6,ЛР 10 |
| 19. | Простейшие средства защиты | Изготовить дома ватно-марлевую повязку. | 2 |
| 20. | Защита населения | Составить список ЧС природного характера присуще для нашего района. Защита населения от ЧС в нашем регионе. Записать в списке перечень необходимых вещей, документов и продуктов питания, которые нужны при эвакуации. | 2 |
| **Раздел 4. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.** | | | | |
| 21. | Угроза террористического акта | Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий. | 2 | ЛР УП 1- ЛР УП 3; МР3-МР4; ПР3-ПР4; ОК5-ОК 6; ЛР6,ЛР10 |
| 22. | Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий | Подготовка жилого помещения, правила по поведения в условиях чрезвычайных ситуаций военного характера. Привила при обнаружении взрывоопасных предметов | 2 |
| **Внеаудиторная самостоятельная работа.** | | | | |
| 23. | Терроризм-угроза обществу | Выписать извлечения из Уголовного кодекса РФ ( Статьи 205, 206, 207, 208 ) «Ответственность за участие в террористической деятельности». | 2 | ЛР УП1-ЛР УП 2; МР 1-МР 3; ПР1-ПР 5; ЛР 6,ЛР 10 |
| 24. | Дифференцированныйзачёт Тестовая работа | | **2** |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **ВСЕГО ЧАСОВ** |  | **48** |  |
|  | **АУДИТОРНЫХ** |  | **32** |  |
|  | **ИЗ НИХ ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ** |  | **10** |  |
|  | **САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА** |  | **16** |  |
|  |  |  |  |  |

4. условия реализации программы УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**4.1 Материально-техническое обеспечение**

Для реализации программы УД имеется учебный кабинет «Безопасности жизнедеятельности».

Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;

-рабочее место преподавателя;

-комплект учебно-методической документации;

-наглядные пособия: плакаты, раздаточный материал, макеты, приборы, СИЗ, оборудование;

-видеотека по курсу;

- учебные фильмы;

Технические средства обучения:

-компьютер, мультимедийный проектор

**4.2. Информационное обеспечение обучения**

**Основные источники:**

1. Косолапова, Н.В. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. — Москва : КноРус, 2020. — 192 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-01422-6. — URL: https://book.ru/book/935682 — Текст : электронный.
2. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Изд-во Москва« Просвещение» 2019. - 303с.
3. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс. Изд-во Москва« Просвещение» 2016. - 320с.

# Овчаренко, А. Г., Раско С.Л. Электростатическая безопасность пожаро- и взрывоопасных производств./ Изд-во Алт. гос. техн. ун-та, 2016. - 156 с.

# Сапронов Ю.Г.,.Сыса А.Б., Шахбаян В.В. Безопасность жизнедеятельностиГриф Допущено Минобразованием России, ИЦ Академия, 2016г.,

1. Тягунов, Г.В. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Тягунов Г.В., Волкова А.А., Шишкунов В.Г., Барышев Е.Е. — Москва : КноРус, 2021. — 274 с. — ISBN 978-5-406-02480-5. — URL: https://book.ru/book/936241 (дата обращения: 17.09.2020). — Текст : электронный.

**Дополнительные источники**:

1. Буслаев, С.И. Аспекты теорий безопасность жизнедеятельности, безопасность в ЧС и методы расчета компенсации ущерба населения при ЧС : учебное пособие / Буслаев С.И., Данилина М.В., Романченко Л.Н. — Москва : Русайнс, 2020. — 194 с. — ISBN 978-5-4365-5468-6. — URL: https://book.ru/book/936916 (дата обращения: 17.09.2020). — Текст : электронный.
2. Зотов, Б.И. Безопасность жизнедеятельности на производстве. -2 изд., перераб.и доп.: - М.: КолосС, 2017.- 432с.
3. Научно-методический и информационный журнал: ОБЖ. Основы безопасности жизни.
4. Журнал «Безопасность жизнедеятельности».
5. Петров, С.В. Социальные опасности и защита от них : учебное пособие / Петров С.В. — Москва : КноРус, 2021. — 268 с. — ISBN 978-5-406-04946-4. — URL: https://book.ru/book/936969 — Текст : электронный.

**Интернет-ресурсы**

www. mchs. gov. ru (сайт МЧС РФ).

www. mvd. ru (сайт МВД РФ).

www. mil. ru (сайт Минобороны).

www. fsb. ru (сайт ФСБ РФ).

www. dic. academic. ru (Академик. Словарииэнциклопедии).

www. booksgid. com (Воокs Gid. Электроннаябиблиотека).

www. globalteka. ru/index. html (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).

www. window. edu. ru (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).

www. iprbookshop. ru (Электронно-библиотечная система IPRbooks).

www. school. edu. ru/default. asp (Российский образовательный портал. Доступность, каче-

ство, эффективность).

www. ru/book (Электронная библиотечная система).

www. pobediteli. ru (проект «ПОБЕДИТЕЛИ:Солдаты Великой войны»).

www. monino. ru (Музей Военно-Воздушных Сил).

www. simvolika. rsl. ru (Государственные символы России.История и реальность).

www. militera. lib. ru (Военная литература).

# 5. Контроль и оценка результатов освоения УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Результаты обучения** | **Критерии оценки** | **Методы оценки** |
| ЛР УД-1 − формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);  ЛР УД-2− воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;  ЛР УД-3− освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;  ЛР УД-4− готовность к служению Отечеству, его защите  МР-1 −умение формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций, обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций, выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;  МР-2 −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 вобеспечении личной безопасности;  МР-3 −умение выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;  МР-4 −умение взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;  МР-5 −умение 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;  МР-6 − 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;  ПР-1 −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;  ПР-2 −сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; пагубно влияющих на здоровье человека;  ПР-3 −сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности, применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;  ПР-4 − знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;  ПР-5 −получение знаний 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;  ПР-6 −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. | Умет предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;  Принимает обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;  Умет формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;  обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;  выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека  Умеет применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях  Владеет 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  Готов к служению Отечеству, его защите (юношам) | Наблюдение и оценка уровня познавательной активности обучающихся на учебном занятии.  Анализ и оценка преподавателем решения практикоориентированных задач, самостоятельных работ, индивидуальных заданий, проектов.  Самооценка своей деятельности.  Наблюдение за студентами во время выполнения лабораторных, практических, самостоятельных работ.  Оценка результатов внеаудиторной самостоятельной работы.  Наблюдение и оценка уровня познавательной активности обучающихся на учебном занятии:  -во время изучения нового материала,  -решения практикоориентированных задач.  Оценка уровня подготовки обучающимися докладов, сообщений, рефератов, проектов по учебной дисциплине.  Наблюдение за выполнением практического, интерактивного задания, коллективной деятельности |
|  |

**Установление междисциплинарных связей между УД и ПМ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Предметное содержание УД | Образовательные результаты | Наименование УД, ПМ | Варианты междисциплинарных заданий |
| Медицинская подготовка | ЛР УД 1- ЛР УД 3; МР3-МР4; ПР3-ПР4; ОК5-ОК 8; ЛР6,ЛР10 | Охрана труа | Первая медицинская помощь при ранениях, переломах и ожогах. Вынос раненного с поля боя. Реанимационные мероприятия при внезапном прекращении сердечной деятельности и дыхания. |
| Прикладная физическая подготовка | ЛР УД 1- ЛР УПД3; МР3-МР4; ПР3-ПР4; ОК5-ОК 8; ЛР6,ЛР10 | Физическая культура | Сдача нормативов: метание гранаты на дальность; подтягивание на перекладине; подъем- переворотом; |
| Легкая атлетика | ЛР УД 1- ЛР УД 3; МР3-МР4; ПР3-ПР4; ОК5-ОК 8; ЛР6,ЛР10 | Физическая культура | Кросс 3000 метров; сдача норматива на 100 метров. |
| Здоровый образ жизни и его составляющие | ЛР УД 1- ЛР УД 3; МР3-МР4; ПР3-ПР4; ОК5-ОК 8; ЛР6,ЛР10 | Физическая культура | Нравственность и здоровый образ жизни. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Режим дня и правила личной гигиены |

Министерство образования и молодёжной политики

Свердловской области

Ачитский филиал ГАПОУ СПО « Красноуфимский аграрный колледж »

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

**По учебной дисциплине**

**Основы безопасности жизнедеятельности**

**Профессия: 35. 01.14. Мастер по ТО и ремонту МТП**

**2 курс, группа 21-М**

*2023г.*

**Содержание**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Паспорт комплекта контрольно - оценочных средств 20 | |
| 1.1 Контроль и оценка результатов освоения дисциплины 20 |
| 1.2 Формы промежуточной аттестации 23 |
| 1.3 Описание процедуры зачёта 23 |
| 1.4 Критерии оценки на зачёте 23 |
| 2. Комплект «Промежуточная аттестация» 23 | |
| 2.1 Итоговый тест по астрономии 23 |

## Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств

На втором курсе изучаются темы: факторы разрушающие здоровье, правовые основы взаимоотношения полов, гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны, обеспечение личной безопасности в повседневнойжизни.

Предметом оценки освоения учебной дисциплины являются личностные, метапредметные и предметные результаты.

Контроль и оценка этих дидактических единиц осуществляются с использованием следующих форм и методов:

Таблица 1: Формы и методы контроля и оценки дидактических единиц

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Результаты обучения** | **Критерии оценки** | **Методы оценки** |
| ЛР УД-1 − формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);  ЛР УД-2− воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;  ЛР УД-3− освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;  ЛР УД-4− готовность к служению Отечеству, его защите  МР-1 −умение формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций, обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций, выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;  МР-2 −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;  МР-3 −умение выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;  МР-4 −умение взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;  МР-5 −умение 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;  МР-6 − 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;  ПР-1 −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;  ПР-2 −сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; пагубно влияющих на здоровье человека;  ПР-3 −сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности, применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;  ПР-4 − знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;  ПР-5 −получение знаний 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;  ПР-6 −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. | Умет предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;  Принимает обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;  Умет формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;  обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;  выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека  Умеет применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях  Владеет 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  Готов к служению Отечеству, его защите (юношам) | Наблюдение и оценка уровня познавательной активности обучающихся на учебном занятии.  Анализ и оценка преподавателем решения практикоориентированных задач, самостоятельных работ, индивидуальных заданий, проектов.  Самооценка своей деятельности.  Наблюдение за студентами во время выполнения лабораторных, практических, самостоятельных работ.  Оценка результатов внеаудиторной самостоятельной работы.  Наблюдение и оценка уровня познавательной активности обучающихся на учебном занятии:  -во время изучения нового материала,  -решения практикоориентированных задач.  Оценка уровня подготовки обучающимися докладов, сообщений, рефератов, проектов по учебной дисциплине.  Наблюдение за выполнением практического, интерактивного задания, коллективной деятельности |
|  |

Оценка освоения УД предусматривает использование пятибалльной системы оценки.

## 1.2 ФОРМЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Таблица 2. Запланированные формы промежуточной аттестации

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ семестра** | **Формы промежуточной аттестации** | **Форма проведения** |
| 3 | Дифференцированный зачёт | Тестовая работа |

## 1.3.ОПИСАНИЕ ПРОЦЕДУРЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Студенту предлагается сдать зачёт в виде заключительного теста.

**Количество заданий** для студента: 20 вопросов в тесте

**Время выполнения** 80 минут

**Условия выполнения заданий**

Помещение: учебная аудитория.

Оборудование: ручка, карандаш

1.4КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

  **Оценка «5»** - 18-20 правильных ответов,

**«4»** - 14-17, правильных ответов

**«3»** - 10-13 правильных ответов

**«2»** - менее 10 правильных ответов

1. **Комплект «Промежуточная аттестация»**

**Тестовое задание**

**Вариант 1**  
**1. Что запрещается делать при разведении костра:**  
1) не использовать для костра сухостой;   
2) разводить костер возле источников воды;   
3) разводить костер на торфяных болотах;   
4) использовать для костра дрова;   
**2. Опасными местами в любое время суток могут быть:**1).подворотни, заброшенные дома, задние дворы, пустыри, пустующие строительные площадки;   
2). парикмахерские, ремонтные мастерские, любые магазины, банки, кафе, бары;   
3). отделение милиции, пожарная часть, почта, больница, поликлиника;4). школа, магазин, почта.  
**3. Что такое землетрясение**:   
1) область возникновения подземного удара;   
2) подземные удары и колебания поверхности Земли;   
3) нарушение и повреждение технических систем,4)извержение лавы.  
**4. Неконтролируемое горение растительности, стихийно распространяющееся по лесной территории, — это:**1) лесной пожар;   
2) стихийный пожар;   
3) пожар на бензоколонке; 4)пожар в доме.  
**5. Режим жизнедеятельности человека — это:**1) повседневная деятельности человека и отдых, способ существования человека;   
2) установленный режим дня;   
3) индивидуальная форма существования человека. 4)безопасное проживание.  
**6. Какая задача при подготовке и проведении туристского похода является главной:**1) обеспечение безопасности;   
2) выполнение задач похода;   
3) полное прохождение маршрута. 4).хорошо отдохнуть.  
**7. Какие болезни могут возникнуть у курильщиков?** ( не менее 4-5 )

**8. Каким требованиям должно удовлетворять место разведения   
костра:**1) разводить на большом расстоянии от жилых построек;  
2) необходимо очистить его от травы, листьев, всего, что может загореться;   
3) выкопать яму и обложить ее камнями или кирпичом;  
4)все ответы правильные.  
**9. Каким из нижеперечисленных правил вы воспользуетесь, возвращаясь вечером домой:**   
1) идти по освещенному тротуару и как можно ближе к местам, где есть люди;   
2) идти кратчайшим путем, пролегающим через дворы, свалки, плохо освещенные места;   
3) воспользоваться попутным транспортом.   
4) брать с собой оружие   
**10. Причиной землетрясений могут стать:**1) волновые колебания в скальных породах;   
2) внезапное смещение и разрыв земной коры или верхней мантии;  
3) строительство очистных сооружений в зонах тектонических разломов  
4). Взрывные работы по строительству метро  
**11. Лучшая защита от смерча:**1) будки на автобусных остановках;   
2) мосты, большие деревья;   
3) подвальные помещения, подземные сооружения.   
4) легковой автомобиль.  
**12. Если вы оказались в лесу, где возник пожар, то необходимо:**1) оставаться на месте до приезда пожарных;   
2) определить направление ветра и огня и быстро выходить из леса в наветренную сторону;  
3) определить направление ветра и огня и быстро выходить из леса перпендикулярно направлению ветра;  
4) определить направление ветра и огня и быстро выходить из леса в подветренную сторону.   
**13. Как оказать первую медицинскую помощь при ушибах:**   
1) на место ушиба наложить холод и тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение;   
2) на место ушиба приложить теплую грелку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение;   
3) на место ушиба нанести йодную сетку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение.   
4. дать обезболивающее средство.  
**14. По каким местным приметам можно определить стороны света:**1).стволам и коре деревьев, лишайнику и мху, склонам холмов и бугров, муравейникам, таянию снега;   
2). кустарнику и сухой траве, направлению течения ручьев и рек, наезженной колее;   
3). полыньям на водоемах, скорости ветра, направлению комлей валяющихся на дороге спиленных деревьев;  
4). по поведению животных.  
**15. Безопасное естественное укрытие на улице во время урагана — это:**1) большие деревья;   
2) овраг;   
3) крупные камни.   
4.жилой дом.  
16**. Если в походе во время движения по маршруту вы отстали от группы, то:**  
1) нельзя сходить с трассы, лыжни;   
2) можно сойти с трассы, чтобы найти следы товарищей;   
3) необходимо сойти с трассы и остановиться на развилке тропы.   
4.надо присесть и отдохнуть.  
17**. Наиболее подходящие места при землетрясении — это:**   
1) места под прочно закрепленными столами, рядом с кроватями;   
2) места под подоконником, внутри шкафов, комодов, гардеробов, углы, образованные внутренними перегородками;   
3) вентиляционные шахты и короба, балконы и лоджии, места внутри кладовок и встроенных шкафов. 4.выйти на улицу на расстояние высоты здания.  
18**. Оповещение о чрезвычайной ситуации — это:**1) прогноз погоды о низких температурах;   
2) доведение до населения и государственных органов управления сообщения о проводимых защитных мероприятиях при работах под землей;  
3) сообщение о том, что произошло землетрясении;.   
4.предупреждение о возможном нападении противника или ЧС  
**19. Передача, каких инфекций осуществляется воздушно-капельным или воздушно-пылевым путем:**1) кишечные инфекции;   
2) инфекции дыхательных путей;   
3) кровяные инфекции.   
4.контактно – бытовые.  
**20. Здоровый образ жизни — это:**1).мировоззрение человека, которое складывается из знаний о здоровье;   
2). индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья;   
3). система жизнедеятельности человека, в которой главным составляющим является отказ от вредных привычек.   
4. рационально организованный, трудовой, активный способ существования, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды и позволяющий до старости сохранять здоровье.

**ВАРИАНТ №2  
1. Основные функции, которые выполняет питание в жизни человека, — это:**1) необходимое взаимодействие между духовным и физическим здоровьем;   
2) снижение психологических и физических нагрузок;   
3) поддержание биологической жизни и обеспечение постоянного обмена веществ и энергии между организмом человека и окружающей средой.  
4) нет верных ответов.  
**2 Личная гигиена включает в себя выполнение гигиенических правил, требований и норм, направленных:**1) на сохранение здоровья отдельного человека, его работоспособности, активного долголетия, профилактику инфекционных и неинфекционных заболеваний;   
2) точное выполнение законов природы,   
3) постоянное поддержание психологического здоровья человека независимо от воздействия на него внешних факторов  
4) все ответы правильные.

**3.Дисциплина ОБЖ изучает**1.риски производственной, природной, социальной, городской и других средств обитания;

2.демографию населения;

3.Урбанизацию;

4.все ответы верны.

**4.Окружающая человека среда, обусловленная совокупность факторов, оказывающих воздействие на деятельность человека, его здоровье называется:**

1 Чрезвычайной ситуацией;

2.Средой обитания;

3.Атмосферой;

4.Гидросферой

**5.Техносфера - это:**

1.Область распространения жизни на Земле;

2.Область распространения воды на Земле;

3.Участок биосферы, преобразованный людьми при помощи технических средств.

4.Все ответы верны.

**6.Главное понятие в дисциплине ОБЖ :**

1Техносфера;

2.Опасности;

3.Неживая природа;  
4.Живая природа.

**7. Факторы, которые в определенных условиях могут стать причиной заболеваний или снижения работоспособности называются:**

1.Безопасными;

2.Вредными;

3.Рискованными;

4.Максимальными.

**8.Безопасность – это:**

1.Состояние деятельности, при котором с определенной вероятностью исключено проявление опасностей;

2.сочетает в себе технические, экономические и др. аспекты риска;

3. воздействие на человека неблагоприятных факторов;  
4.нежелательные опасности.

**9.Первая и важнейшая потребность человека, определяющая его способность к труду, гармоничному развитию личности – это:**

1.Пища;

2.Здоровье;

3.Учеба;

4.Воздух.

**10.Здоровый образ жизни - это:**

1.Физическое и умственное здоровье;  
2.Это совокупность физического, умственного, социального, психического здоровья;

3.рационально организованный трудовой активный нравственный способ существования, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяет до старости сохранить здоровье.  
4.Любовь к спорту.

**11.Перечислите факторы, способствующие укреплению здоровья….**

( не менее 7 -10)  
**12.Устанновленный распорядок жизни человека, который включает в себя труд, питание, отдых и сон - это:**

1.Нравственное здоровье;

2.Режим;

3.Здоровье;

4.нет правильных ответов.

**13.Как называются периодически, повторяющиеся изменения характера и интенсивности биологических процессов в организме человека:**

1.Работоспособностью;

2.Биологическими ритмами;

3.Факторами, укрепляющими здоровье;

4.Гигиеной человека.

**14.К вредным привычкам относят:**

1.Алкоголь, рациональное питание, использование компьютера;

2.Алкоголь, табакокурение, неправильное питание, игровая зависимость, наркомания;

3.Алкоголь, занятия спортом; режим дня;

4.Режим труда и отдых.

**15.Тяжелое заболевание, вызываемое злоупотреблением веществ, оказывающих угнетающее действие на ЦНС, называется:**

1.ОРЗ, Отитом;

2.Гриппом;

3.Алкоголизмом, наркоманией;

4.неврастенией.

**16.Репродуктивное здоровье человека – это:**

1.здоровье внутренних органов человека;

2.здоровье ног человека;

3.состояние полного физического умственного социального благополучия , при отсутствии заболеваний детородных органов;

4.здоровье пищеварительной системы человека.

**17. Чрезвычайная ситуация – это:**1.повреждение, влекущее за собой выход из строя машин или механизмов;2.нарушение нормальных условий жизнедеятельности людей на определенной территории, вызванное аварией бедствием и возникла угроза жизни человека;3.событие, связанное с гибелью животных;4.крупная производственная авария;

**18.Стихийное бедствие, крупная авария, последствия которой приводят к изменению среды обитания, поражению флоры, фауны, почвы, природы в целом называется :**

1.ЧС;

2.Экологической катастрофой;

3.Землятресением;

4.сходом снежной лавины.

**19. К ЧС природного характера относят:**

1.Связаны с проявлением стихийных явлений природы

2.Землятресения, вулканы, оползни, бури, град, цунами, половодье, лесные пожары,

3.эпидемии инфекционные заболевания людей, инфекционные заболевания сельскохозяйственных животных поражение сельскохозяйственных растений болезнями и вредителями.

4 все ответы верны.

**20. Зона федеральных чрезвычайных ситуаций может охватывать:**

1. Свердловскую область;

2.Центрально – Черноземную зону;

3.Российскую Федерацию;

4 Болгарию.