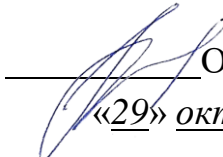


Федеральное государственное образовательное бюджетное
учреждение высшего образования
«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»
(Финансовый университет)
Липецкий филиал Финуниверситета

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель
директора по учебно-методической
работе Липецкого филиала
Финуниверситета

 О.Н. Левчegov
«29» октября 2025 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

СГ.03 Безопасность жизнедеятельности

38.02.03 Операционная деятельность в логистике


Фонд оценочных средств по учебному предмету/дисциплине разработан на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Составитель: Осипова И.В., канд. экон. наук., доцент Липецкого филиала Федерального государственного образовательного бюджетного учреждения «Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»

Фонд оценочных средств по учебному предмету/дисциплине рассмотрен и рекомендован к утверждению на заседании предметной (цикловой) комиссии социально-гуманитарного цикла

Протокол от «16» сентября 2025 г. №1

Председатель предметной (цикловой)
комиссии социально-гуманитарного цикла

 Т.В. Корякина

**ПАСПОРТ
ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине
Безопасность жизнедеятельности**

наименование учебной дисциплины

38.02.03 Операционная деятельность в логистике

код, наименование специальности

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания) (5)	ОК	Наименование темы(6)	Наименование оценочного средства(7)	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
1	2	3	5	6
<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – организовывать и проводить мероприятия по защите населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций; – предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту; – использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; – применять первичные средства пожаротушения; - ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности; – применять 	<p>ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 07</p>	<p>Раздел 1. Гражданская оборона</p> <p>Тема 1.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций</p> <p>Тема 1.2. Организация гражданской обороны</p> <p>Тема 1.3. Защита населения и территорий при стихийных бедствиях, при авариях (катастрофах) на транспорте, производственных объектах</p> <p>Тема 1.4. Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической и социальной обстановке</p>	<p>а) проверка качества аналитической обработки материалов информационно-правовых систем Гарант и Консультант+, дополнительной литературы,</p> <p>б) проверка качества подбора дидактических материалов</p> <p>в) проверка осуществления анализа и реферирования научно-методической и учебной литературы при выполнении системы самостоятельных работ по лекционному курсу;</p> <p>г) проверка качества сбора дополнительных материалов.</p>	<p>а) устный зачет по теме или блоку тем,</p> <p>б) контрольная работа,</p> <p>в) контрольные тестовых заданий,</p> <p>г) ОКР.</p>

<p>профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;</p> <ul style="list-style-type: none"> – владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы; – оказывать первую помощь пострадавшим. <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России; – основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации; – основы военной службы и обороны государства; – задачи и основные мероприятия гражданской обороны; 	<p>ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 07</p> <p>ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 07</p>	<p>Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</p> <p>Тема 2.1. Основы медицинских знаний. Здоровый образ жизни и его составляющие</p> <p>Раздел 3. Основы военной службы</p> <p>Тема 3.1. Основы обороны государства. Военная доктрина Российской Федерации</p>	<p>а) проверка качества аналитической обработки материалов информационно-правовых систем Гарант и Консультант+, дополнительной литературы,</p> <p>б) проверка качества подбора дидактических материалов</p> <p>в) проверка осуществления анализа и реферирования научно-методической и учебной литературы при выполнении системы самостоятельных работ по лекционному курсу;</p> <p>г) проверка качества сбора дополнительных материалов.</p> <p>а) проверка качества аналитической обработки материалов информационно-правовых систем Гарант и Консультант+, дополнительной литературы,</p> <p>б) проверка качества подбора дидактических материалов</p> <p>в) проверка осуществления анализа и реферирования научно-методической и учебной литературы при выполнении системы</p>	<p>а) устный зачет по теме или блоку тем,</p> <p>б) контрольная работа,</p> <p>в) контрольные тестовых заданий, г) ОКР.</p> <p>а) устный зачет по теме или блоку тем,</p> <p>б) контрольная работа,</p> <p>в) контрольные тестовых заданий, г) ОКР.</p>
---	---	---	--	---

<ul style="list-style-type: none"> – способы защиты населения от оружия массового поражения; – меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах; – организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке; – основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО; – область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы; – порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим. 			<p>самостоятельных работ по лекционному курсу;</p> <p>г) проверка качества сбора дополнительных материалов.</p>	
---	--	--	---	--

РАЗДЕЛ 1. ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА

Тема 1.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций

Вопросы:

1. Основные задачи РСЧС?
2. Три режима РСЧС?
3. Ликвидация ЧС

Тест:

Вопрос №1

С Каким образом доводится до населения сигнал "ВНИМАНИЕ ВСЕМ!" в населенных пунктах, в которых отсутствует сеть электросирен, и в сельской местности?

- А) Только по сельской телефонной сети.
- Б) Только по сетям радио- и телевидения.
- В) Только по сетям операторов сотовой связи.
- Г) Только мобильными звукоусилительными средствами и отделов внутренних дел.
- Д) Только мобильными комплексами оповещения МЧС на базе автомобиля или катера.

Е) Всеми перечисленными способами.

Вопрос №2

Что необходимо сделать при загрязнении шлема-маски?

- А) Промыть водой с мылом, предварительно отсоединив фильтрующе-поглощающую коробку, затем протереть сухой чистой тряпкой и просушить.
- Б) Протереть водно-спиртовым раствором.
- В) Промыть водой с мылом, не отсоединяя фильтрующе-поглощающую коробку, затем протереть сухой чистой тряпкой и просушить.
- Г) Отсоединив фильтрующе-поглощающую коробку, замочить шлем-маску на несколько дней в уксусном растворе, а после сполоснуть водой и просушить.

Вопрос № 3

Что необходимо сделать при невозможности эвакуации при наводнении, паводке, цунами, находясь на рабочем месте?

- А) Подняться на верхние (не затапливаемые) этажи здания, чердак, крышу.
- Б) Остаться на месте, ожидать спасательную службу.
- В) Спуститься на нижние этажи здания.

Вопрос №4

Какие из перечисленных мероприятий являются рекомендованными при получении информации об угрозе воздействия поражающих факторов лесных и торфяных пожаров при нахождении в населенном пункте?

- А) Устройство заградительных минерализованных полос.
- Б) Приведение в готовность и проверка имеющихся средств пожаротушения.
- В) Создание запаса воды или других средств пожаротушения.
- Г) Закрывание вентиляционных отверстий снаружи дома, окон и дверей.
- Д) Все перечисленные.

Вопрос №5

Что из перечисленного не является правильным действием при получении по телефону сообщения об угрозе террористического характера?

- А) Брать инициативу разговора на себя и настойчиво требовать от звонившего информацию.
- Б) При наличии магнитофона подносить его к телефону и производить запись.
- В) По окончании разговора не вешать телефонную трубку.
- Г) Максимально затягивать разговор.

Вопрос №6

- А) Какая повязка накладывается при переломе ребер?
- Б) Колосовидная повязка на поврежденный участок.
- В) Иммобилизация с помощью фиксации двух рук.
- Г) Косыночная повязка на грудь.
- Д) Спиральная повязка на грудь.

Вопрос №7

Что из перечисленного является неправильным действием при обнаружении предмета, похожего на взрывное устройство?

- А) Не курить возле предмета.
- Б) Переместить или передвинуть предмет в безопасное место, за колонну, к капитальной стене здания.
- В) Воздержаться от использования средств радиосвязи, в том числе и мобильных, вблизи данного предмета.
- Г) Сообщать об угрозе взрыва только тем, кому необходимо знать о случившемся, чтобы не создавать паники.

Вопрос № 8

Что из перечисленного не рекомендуется брать с собой при объявлении эвакуации?

- А) Документы (паспорт, военный билет, документы об образовании и специальности, трудовую книжку, свидетельство о браке и рождении детей, страховые полисы).
- Б) Медицинскую аптечку и средства индивидуальной защиты.
- В) Комплект верхней одежды и обуви по сезону, теплые и другие необходимые вещи и принадлежности.
- Г) Молочные продукты, свежее и замороженное мясо, овощи.
- Д) Двух-трехдневный запас продуктов питания.
- Е) Ценности и деньги.

Вопрос № 9

Какое из перечисленных действий является неправильным при угрозе возникновения и возникновении оползня?

- А) Отключить электроприборы, газовые приборы и водопроводную сеть.
- Б) При скорости смещения оползня более 0,5 – 1,0 м в сутки эвакуироваться в соответствии с заранее отработанным планом.
- В) При слабой скорости смещения (метры в месяц) не предпринимать никаких действий.
- Г) При эвакуации брать с собой документы, ценности, а в зависимости от

обстановки и указаний администрации - теплые вещи и продукты.

Вопрос № 10

В каком направлении необходимо эвакуироваться при угрозе возникновения и во время селя?

- А) Оставаться на месте до эвакуации силами МЧС.
- Б) Вверх по направлению селевого потока.
- В) В направлении, перпендикулярном селевому потоку.
- Г) Вдоль селевого потока вниз.
- Д) В направлении ближайшего водоема.

Ключ к тесту

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Е	А	А	Д	А	Г	Б	Г	В	В

Тема 1.2. Организация гражданской обороны

Тест:

Вопрос № 1.

Каковы первые действия работника при получении сигнала "ВНИМАНИЕ ВСЕМ!" в местах массового скопления людей?

- А) Не создавая паники, спуститься в подвальные помещения, специально приспособленные для укрытия населения в случае ЧС, и ожидать указаний администрации.
- Б) Оперативно занять место у аварийного выхода и ждать там указаний о порядке дальнейших действий.
- В) Сохранять спокойствие, прослушать речевое сообщение по системе оповещения, следовать указаниям администрации, в случае необходимости покинуть место скопления людей, не создавая толпы.
- Г) Немедленно и как можно быстрее покинуть место скопления людей через основной выход.

Вопрос № 2.

Что из перечисленного относится к первичным средствам пожаротушения?

- А) Автоматическая система пожаротушения.
- Б) Респираторы, противогазы.
- В) Пожарные машины.
- Г) Пожарные краны и средства обеспечения их использования.

Вопрос № 3.

Каковы первые действия работника при получении сигнала "ВНИМАНИЕ ВСЕМ!" на улице?

- А) Быстро проследовать к ближайшему месту нахождения органов местной власти или органов внутренних дел для выяснения ситуации.
- Б) Закупить трехдневный запас продуктов и воды, проследовать по месту жительства.
- В) Подойти к ближайшему уличному громкоговорителю и прослушать информацию, убедиться в правильном понимании текста сообщения и выполнить все рекомендации.
- Г) Проследовать домой и прослушать там информацию о ЧС по телевизору или радио.

Вопрос № 4.

Что из перечисленного указывается на плане этажа с помощью символов?

- А) Только расположение огнетушителей, установок пожаротушения, плана эвакуации.
- Б) Только расположение телефона, по которому необходимо сообщить в пожарную охрану и пожарных кранов.
- В) Только расположение ручных пожарных извещателей.
- Г) Все перечисленное.

Вопрос № 5.

Выберите правильный вариант правил безопасного поведения на воде.

- А) Не ныряйте в незнакомых местах.
- Б) Если что-то произошло в воде, криком привлечите к себе внимание

спасателей или отдыхающих.

В) К моторным лодкам и к судам подплывайте осторожно, со стороны кормы судна.

Г) В целях собственной безопасности старайтесь плавать в одиночку.

Вопрос № 6.

Определите неверные правила безопасного поведения при возникновении пожара в квартире? Выберите два правильных варианта ответа.

**Может быть несколько верных вариантов*

А) Покидая квартиру, откройте окна и двери в целях предупреждения сильного задымления в помещении.

Б) Попробуйте самостоятельно потушить возгорание (небольшой пожар).

В) Если появился густой дым и потушить начавшийся пожар своими силами невозможно, немедленно покиньте квартиру.

Г) По возможности организуйте встречу пожарных подразделений, укажите на очаг пожара.

Д) По задымленному помещению передвигайтесь бегом, максимально задержав дыхание.

Е) Незамедлительно вызывайте пожарных.

Ж) При невозможности эвакуации из квартиры выйдите на балкон, закрыв плотно за собой дверь

Вопрос № 7.

Что такое "ОКСИОН"?

А) Общероссийская комплексная система информирования и оповещения населения в местах массового пребывания людей.

Б) Областная комплексная система информирования особо отдаленных населенных пунктов.

В) Окружная система обеспечения населения.

Г) Общественная коллективная система информатизации и организации эвакуации населения.

Вопрос № 8.

Какое время от момента ядерного взрыва продолжается поражающее действие проникающей радиации на наземные объекты?

- А) 1-2 секунды.
- Б) До выпадения радиоактивных осадков.
- В) 15-25 секунд.
- Г) До 2 часов.

Вопрос № 9.

В чем заключается первая помощь при пищевом отравлении?

- А) В скорейшем удалении содержимого желудочно-кишечного тракта.
- Б) В обеспечении покоя и притока свежего воздуха пострадавшему.
- В) В интенсивном согревании конечностей пострадавшего.
- Г) В ограничении подвижности пострадавшего.

Вопрос № 10.

Какой вид защитных сооружений обеспечивает в течение определенного времени защиту укрываемых от воздействий поражающих факторов ядерного оружия и обычных средств поражения, бактериальных (биологических) средств, отравляющих веществ, химически опасных веществ, радиоактивных продуктов при разрушении ядерных энергоустановок, высоких температур и продуктов горения при пожаре?

- А) Только убежище гражданской обороны и противорадиационные укрытия
- Б) Только убежище гражданской обороны.
- В) Только противорадиационные укрытия.
- Г) Только укрытия.

№ п/п	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	В	Г	В	Г	А	А; Д	А	В	А	Б

Тема 1.3. Защита населения и территорий при стихийных бедствиях, при авариях (катастрофах) на транспорте, производственных объектах

Вопросы

1. Виды и характеристика стихийных бедствий?
2. Чрезвычайная ситуация (ЧС)?

3. Основные повреждающие факторы при стихийных бедствиях

Тест:

Вопрос № 1.

1. Назовите систему, созданную в России для предупреждения и ликвидации ЧС:

- А) система сил и средств для ликвидации последствий ЧС;
- Б) система мониторинга и контроля за состоянием окружающей природной среды;
- В) Российская система предотвращения природных ЧС;
- Г) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС.

Вопрос № 2.

Основная цель создания РСЧС:

- А) прогнозирование ЧС на территории РФ и организация проведения аварийно-спасательных работ;
- Б) объединение усилий центральных и региональных органов представительной и исполнительной власти, а также организаций и учреждений в деле предупреждения и ликвидации ЧС;
- В) первоочередное жизнеобеспечение населения, пострадавшего в ЧС на территории РФ.

Вопрос № 3.

Основные задачи РСЧС:

- А) подготовка населения к действиям в чрезвычайных ситуациях;
- Б) организация своевременного оповещения и информирования населения о чрезвычайных ситуациях;
- В) ликвидация чрезвычайных ситуаций;
- Г) обмен оперативной информацией в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

Вопрос № 4.

К защитным мероприятиям по защите населения от ЧС относят:

- А) обучение населения мерам защиты от ЧС;
- Б) оповещение населения о возникновении или угрозе возникновения ЧС;
- В) укрытие населения в защитных сооружениях;
- Г) подготовка сил и средств для ликвидации последствий ЧС;
- Д) эвакуация персонала и населения;
- Е) создание фондов средств защиты;
- Ж) ликвидация очагов повышенной опасности;
- И) использование средств индивидуальной защиты.

Вопрос № 5.

Силы и средства РСЧС подразделяют на:

- А) силы и средства повседневной деятельности и силы и средства чрезвычайных ситуаций;
- Б) силы и средства наблюдения и контроля и силы и средства ликвидации ЧС;
- В) войска ГО, подразделения МЧС России, отряд «Центроспас».

Вопрос № 6.

Граждане Российской Федерации имеют право:

- А) на защиту жизни, здоровья и личного имущества в случае возникновения ЧС;
- Б) при необходимости использовать средства коллективной и индивидуальной защиты;
- В) на возмещение ущерба, причиненного здоровью и имуществу граждан вследствие ЧС;

Вопрос № 7.

По принципу защитного действия средства индивидуальной защиты делятся на:

- А) средства защиты органов дыхания, средства защиты кожи, медицинские средства индивидуальной защиты;
- Б) средства, изготавливаемые промышленностью и средства, изготавливаемые населением;
- В) средства фильтрующего и изолирующего типа.

Вопрос № 8.

По назначению респираторы делятся на:

- А) промышленные, военные, медицинские, спортивные;
- Б) фильтрующие и изолирующие;
- В) противопылевые, противогазовые, газопылезащитные.

Вопрос № 9.

К коллективным средствам защиты относятся:

- А) противогазы;
- Б) респираторы;
- В) убежища;
- Г) средства защиты кожи;
- Д) противорадиационные укрытия (ПРУ).

Вопрос № 10.

Наибольшую степень защиты имеют убежища класса:

- А) А-1;
- Б) А-5;
- В)

Вопрос № 11.

Защитные свойства противорадиационных укрытий определяются:

- А) коэффициентом ослабления радиации;
- Б) коэффициентом устойчивости убежища;
- В) количеством укрываемых в убежище.

Вопрос № 12.

К простейшим укрытиям относится:

- А) противорадиационное укрытие;
- Б) шалаш;
- В) перекрытая щель;
- Г) убежище;
- Д) метро.

Вопрос № 13.

В случае возникновения чрезвычайной ситуации проводится:

- А) упреждающая эвакуация;
- Б) экстренная эвакуация;
- В) местная эвакуация;
- Г) региональная эвакуация.

Ключ к тесту

№п/п	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
	Г	Б	АБВГ	БВДИ	Б	АБВ	В	В	В	А	А	В	Б

Тема 1.4. Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической и социальной обстановке

Тест:

Вопрос № 1.

Как называется наружная оболочка земли?

- А) биосфера

- Б) гидросфера
- В) атмосфера
- Г) литосфера

Вопрос № 2.

Биосфера, преобразованная хозяйственной деятельностью человека – это?

- А) ноосфера
- Б) техносфера
- В) атмосфера
- Г) гидросфера

Вопрос № 3.

Целью БЖД является?

- А) сформировать у человека сознательность и ответственность в отношении к личной безопасности и безопасности окружающих
- Б) защита человека от опасностей на работе и за её пределами
- В) научить человека оказывать самопомощь и взаимопомощь
- Г) научить оперативно ликвидировать последствия ЧС

Вопрос № 4.

Что такое ноосфера?

- А) биосфера, преобразована хозяйственной деятельностью человека
- Б) верхняя твёрдая оболочка земли
- В) биосфера, преобразована научным мышлением и её полностью реализует человек
- Г) наружная оболочка земли

Вопрос № 5.

Какая из оболочек земли выполняет защитную функцию от метеоритов, солнечной энергией и гамма-излучения?

- А) гидросфера
- Б) литосфера
- В) техносфера
- Г) атмосфера

Вопрос № 6.

Водяной пар в атмосфере играет роль фильтра от:

- А) солнечная радиация
- Б) метеориты
- В) гамма-излучение
- Г) солнечная энергия

Вопрос № 7.

Сколько функций БЖД существует?

- А) 2
- Б) 1
- В) 3
- Г) 5

Вопрос № 8.

Разносторонний процесс человеческих условий для своего существования и развития – это?

- А) жизнедеятельность
- Б) деятельность
- В) безопасность
- Г) опасность

Вопрос № 9.

Безопасность – это?

- А) состояние деятельности, при которой с определённой имоверностью

исключается проявление опасности

Б) разносторонний процесс создания человеческим условием для своего существования и развития

В) сложный биологический процесс, который происходит в организме человека и позволяет сохранить здоровье и работоспособность

Г) центральное понятие БЖД, которое объединяет явления, процессы, объекты, способные в определённых условиях принести убытие здоровью человека

Вопрос № 10.

Как называется процесс создания человеком условий для своего существования и развития?

А) опасность

Б) жизнедеятельность

В) безопасность

Г) деятельность

Вопрос № 11.

Какие опасности относятся к техногенным?

А) наводнение

Б) производственные аварии в больших масштабах

В) загрязнение воздуха

Г) природные катаклизмы

Вопрос № 12.

Какие опасности классифицируются по происхождению?

А) антропогенные

Б) импульсивные

В) кумулятивные

Г) биологические

Ключ к тесту

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
А	Б	Б	В	Г	А	В	Б	А	Г	Б	А

РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Тема 2.1. Основы медицинских знаний. Здоровый образ жизни и его составляющие

Вопросы:

1. Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?
2. Какой должна быть первая медицинская помощь при подозрении на сотрясение головного мозга?
3. Как оказать экстренную реанимационную помощь пострадавшему?

Тест:

Вопрос № 1.

К критериям оценки состояния здоровья относятся:

- А) правильный режим дня;
- Б) психологическое и нервно-психическое развитие;
- Б) хронические болезни;
- Г) уровень физической активности.

Вопрос № 2.

Социальный уровень здоровья человека определяется:

- А) физическим развитием;
- Б) взаимоотношениями в социуме;
- В) способностью приспосабливаться к изменяющимся условиям жизни;
- Г) нравственностью.

Вопрос № 3.

Здоровый образ жизни – это:

- А) полноценный сон;
- Б) высококалорийное питание;
- В) отказ от вредных привычек;
- Г) большие физические нагрузки.

Вопрос № 4.

Здоровье человека зависит от образа жизни на:

- А) 40%;
- Б) 60%;
- В) 50%.

Вопрос № 5.

Как никотин влияет на организм человека?

- А) вызывает спазм периферических сосудов;
- Б) вызывает учащение пульса;
- В) повышает артериальное давление;
- Г) снижает артериальное давление.

Вопрос № 6.

Как курение кальяна влияет на здоровье человека?

- А) безопасно для здоровья;
- Б) вызывает зависимость;
- В) вызывает лёгочные заболевания;
- Г) также опасно, как курение сигарет.

Вопрос № 7.

Как алкоголь влияет на организм человека?

- А) разрушает нейроны;

- Б) разрушает клетки печени и почек;
- В) вызывает язву желудка;
- Г) все ответы верные.

Вопрос № 8.

Что такое рациональное питание?

- А) высококалорийное;
- Б) с учётом потребностей организма;
- В) малокалорийное;
- Г) с определённым соотношением питательных веществ.

Вопрос № 9.

Правильное питание – это:

- А) умеренность и разнообразие в пище;
- Б) много овощей и фруктов;
- В) присутствие в рационе кисломолочных продуктов;
- Г) много сахара.

Вопрос № 10.

Жиры – необходимые питательные вещества, т.к.:

- А) входят в состав клеточных мембран;
- Б) являются источником энергии;
- В) способствуют усвоению жирорастворимых витаминов;
- Г) все ответы верные.

Вопрос № 11.

Какой минимальный уровень физической активности необходим для достижения тренированности сердечно-сосудистой системы?

- А) 15 минут в день;
- Б) 20 минут в день;

В) 30 минут в день.

Ключ к тесту

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
БВ	БВГ	АВ	В	АБВ	БВГ	Г	БГ	АБВ	Г	В

РАЗДЕЛ 3. ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ

Тема 3.1. Основы обороны государства. Военная доктрина Российской Федерации

Вопросы:

1. Дополните фразу: "Вид Вооруженных Сил, предназначенный для нанесения ударов по различным группировкам противника средствами авиации, а также для ведения воздушной разведки и воздушных перевозок называется

2. Воздушно - Десантные Войска – это

3. Тыл Вооруженных Сил - это

Тест:

Вопрос № 1

Воинская обязанность:

а) установленный законом почетный долг граждан с оружием в руках защищать свое Отечество, нести службу в рядах Вооруженных Сил, проходить вневойсковую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности

б) система знаний о подготовке и ведении военных действий

в) особый вид государственной службы, исполняемой в Вооруженных Силах, других войсках, органах и воинских формированиях

Вопрос № 2.

Граждане Российской Федерации проходят военную службу:

- а) в порядке воинской повинности
- б) по призыву и в добровольном порядке
- в) только в добровольном порядке

Вопрос № 3.

Комиссия по постановке граждан на воинский учет предусмотрена в следующем составе:

а) заместитель руководителя местной администрации, военный комиссар района, руководитель органа внутренних дел района, секретарь комиссии, врачи-специалисты

б) заместитель военного комиссара района, специалист по профессиональному психологическому отбору, секретарь комиссии, врачи-специалисты

в) военный комиссар района или его заместитель, представитель местной администрации, специалист по профессиональному психологическому отбору, секретарь комиссии, врачи-специалисты

Вопрос № 4.

Какая из представленных причин (при условии документального подтверждения) является уважительной для неявки по вызову военкомата:

- а) заболевание или увечье, связанное с утратой трудоспособности
- б) участие в спортивном соревновании
- в) нахождение в отпуске или в командировке

Вопрос № 5

Какая из представленных причин (при условии документального подтверждения) является уважительной для неявки по вызову военкомата:

- а) участие в спортивном соревновании

- б) нахождение в отпуске или в командировке
- в) тяжелое состояние здоровья близких родственников (отца, матери, жены, мужа, сына, дочери, родного брата, родной сестры, дедушки, бабушки, усыновителя) либо участие в их похоронах

Вопрос № 6.

Какая из представленных причин (при условии документального подтверждения) является уважительной для неявки по вызову военкомата:

- а) участие в спортивном соревновании
- б) препятствие, возникшее в результате действия непреодолимой силы, или иное обстоятельство, не зависящее от воли гражданина
- в) свадьба близкого родственника

Вопрос № 7.

Какая из представленных причин (при условии документального подтверждения) является уважительной для неявки по вызову военкомата:

- а) свадьба близкого родственника
- б) участие в спортивном соревновании
- в) иные причины, признанные уважительными призывной комиссией, комиссией по первоначальной постановке на воинский учет или судом

Вопрос № 8.

Профессиональный психологический отбор граждан, призываемых на военную службу, осуществляется с целью:

- а) обеспечения соответствия индивидуально-психологических качеств граждан, призываемых на военную службу, современным требованиям в ВС РФ
- б) определения качества освоения дополнительных образовательных программ по военной подготовке
- в) определения индивидуального физического развития призывников, так как с первых дней военной службы они испытывают значительные нагрузки

Вопрос № 9.

Какой категории профессиональной пригодности гражданина, призываемого на военную службу, соответствует формулировка «рекомендуется»:

- а) третьей
- б) первой
- в) второй

Вопрос № 10.

Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» определяет, что военная служба исполняется гражданами:

- а) в ВС РФ, воинских формированиях и других войсках
- б) только в ВС РФ
- в) в ВС РФ, других войсках, органах, воинских формированиях, в воинских подразделениях федеральной противопожарной службы, в создаваемых на военное время специальных формированиях

Ключ к тесту

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
А	Б	В	А	В	Б	В	А	В	В

Вопросы для дифференцированного зачета по безопасности жизнедеятельности:

1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.
2. Организация и проведение мероприятий по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций.
3. Задачи и основные мероприятия гражданской обороны.
4. Оружие массового поражения: ядерное, химическое, биологическое и другие современные виды.
5. Средства индивидуальной и коллективной защиты, а также способы защиты населения от оружия массового поражения.

6. Приборы радиационной и химической разведки и контроля.
7. Правила поведения и действия людей в зонах радиоактивного, химического заражения и в очаге биологического поражения.
8. Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту. Прогнозирование развития событий и оценки последствий при стихийных бедствиях.
9. Защита при землетрясениях, извержениях вулканов, ураганах, бурях, смерчах, грозах.
10. Защита при снежных заносах, сходе лавин, метели, вьюге, селях, оползнях.
11. Защита при наводнениях, лесных, степных и торфяных пожарах.
12. Защита при автомобильных и железнодорожных авариях
13. Защита при авариях (катастрофах) на воздушном и водном транспорте.
14. Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики.
15. Прогнозирование развития событий и оценки последствий при техногенных ЧС на производственных объектах Защита при авариях (катастрофах) на пожароопасных объектах.
16. Защита при авариях (катастрофах) на взрывоопасных объектах.
17. Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах.
18. Защита при авариях (катастрофах) на гидродинамических опасных объектах.
19. Защита при авариях (катастрофах) на химически опасных объектах. Защита при авариях (катастрофах) на радиационно-опасных объектах.
20. Принципы снижения вероятности реализации потенциальных опасностей в профессиональной деятельности.
21. Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке.
22. Неблагоприятная социальная обстановка и её последствия.
23. Прогнозирование развития событий и оценки последствий в условиях

противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России.

24. Обеспечение безопасности при эпидемии, при нахождении на территории ведения боевых действий и во время общественных беспорядков.

25. Обеспечение безопасности в случае захвата заложником.

26. Обеспечение безопасности при обнаружении подозрительных предметов, угрозе совершения и совершённом теракте.

27. Основы военной службы и обороны государства.

28. Состав и организационная структура Вооружённых Сил. Виды Вооружённых Сил и рода войск.

29. Виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащения) подразделений ВС РФ, в том числе воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО.

30. Система руководства и управления Вооружёнными Силами. Воинская обязанность и комплектование Вооружённых Сил личным составом.

31. Организация и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке. Порядок прохождения военной службы.

32. Военная присяга. Боевое знамя воинской части.

33. Воинская дисциплина. Военнослужащие и взаимоотношения между

34. Способы бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы.

35. Область применения профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы.

36. Внутренний порядок, размещение и быт военнослужащих.

37. Суточный наряд роты.

38. Караульная служба. Обязанности и действия часового.

39. Строи и управления ими.

40. Материальная часть автомата Калашникова.

41. Подготовка автомата к стрельбе. Ведения огня из автомата.
42. Правовые основы, общий алгоритм действий, порядок и правила оказания помощи пострадавшим.
43. Общие сведения о ранах, осложнения раны, способах остановки кровотечения и обработки ран.
44. Порядок наложения повязки при ранениях головы, туловища, верхних и нижних конечностей.
45. Первая (доврачебная) помощь при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания.
46. Первая (доврачебная) помощь при ожогах.
47. Первая (доврачебная) помощь при поражении электрическим током.
48. Первая (доврачебная) помощь при утоплении.
49. Первая (доврачебная) помощь при перегревании, переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании.
50. Первая (доврачебная) помощь при отравлениях.
51. Первая помощь при клинической смерти.

Шкала и критерии оценки дифференцированного зачета

Промежуточная аттестация обучающихся: обеспечивает оперативное управление учебной деятельностью обучающегося и её корректировку; проводится с целью определения соответствия уровня и качества подготовки обучающегося требованиям к результатам программы подготовки специалистов среднего звена. Материалы составлены на основе рабочей программы и охватывают ее наиболее актуальные разделы и темы.

Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется в двух основных направлениях: оценка уровня освоения и оценка компетенций обучающихся. В критерии оценки уровня подготовки обучающегося входят:

уровень освоения обучающимся материала, предусмотренного учебной программой;

умение обучающегося использовать теоретические знания при выполнении практических заданий;

обоснованность, четкость, краткость изложения ответа.

Уровень подготовки обучающегося оценивается в баллах: 5 (отлично), 4 (хорошо), 3 (удовлетворительно), 2 (неудовлетворительно).

Отлично	полно раскрыто содержание вопросов билета; материал изложен грамотно, в определенной логической последовательности, правильно используется терминология; показано умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации; продемонстрировано усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость компетенций, умений и навыков; ответ прозвучал самостоятельно, без наводящих вопросов.
Хорошо	ответ удовлетворяет в основном требованиям на оценку «5», но при этом может иметь следующие недостатки: в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие содержание ответа; допущены один - два недочета при освещении основного содержания ответа, исправленные по замечанию экзаменатора; допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, которые легко исправляются по замечанию экзаменатора.

Удовлетворительно	неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала; имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов; при неполном знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность компетенций, умений и навыков
Неудовлетворительно	ответ не удовлетворяет указанным требованиям