

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Петровская Анна Викторовна  
Должность: Директор  
Дата подписания: 29.05.2026 15:22:17  
Уникальный программный ключ:  
798bda6555f9e982776816f1710bd1789070c14f1c16667aff1028c5199



**РЭУ.РФ**  
РОССИЙСКИЙ ЭКОНОМИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Г.В. ПЛЕХАНОВА

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова»  
Краснодарский филиал РЭУ им. Г.В. Плеханова

Отдел среднего профессионального образования

УТВЕРЖДАЮ  
Начальник отдела СПО

/С.А. Марковская  
Инициалы и Фамилия

«14» января 2025 г.

## **КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

### **ОП 09. Безопасность жизнедеятельности**

образовательной программы среднего профессионального образования -  
подготовки специалистов среднего звена

**По специальности: 43.02.15 Поварское и кондитерское дело**

**Квалификация: специалист по поварскому и кондитерскому делу**

**Образовательная база подготовки: основное общее образование**

**Форма обучения: очная**

2025

Комплект оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 43.02.15 Поварское и кондитерское дело для квалификации специалист по поварскому и кондитерскому делу

Уровень подготовки – базовый, программы учебной дисциплины **«ОП 09. Безопасность жизнедеятельности»**

Разработчик:

Краснодарский филиал РЭУ им. Г.В. Плеханова, преподаватель ОСПО, Найманова К.А.  
(место работы, занимаемая должность, фамилия, инициалы)

Одобрено на заседании предметной - цикловой комиссии по специальности  
43.02.15 Поварское и кондитерское дело

Председатель предметно-цикловой  
комиссии

 /Н.С. Грушина

Протокол № 6 от «14» января 2025 года

# Паспорт комплекта оценочных средств по учебной дисциплине

## ОП 09. Безопасность жизнедеятельности

Таблица. Матрица освоения компетенций по темам учебной дисциплины

Контролируемые разделы, темы	Формируемые компетенции	Оценочные средства		
		Количество тестовых заданий	Другие оценочные средства	
			Вид	Количество
<b>Раздел 1. Гражданская оборона.</b>				
Тема 1.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	ОК.01 ОК.02	1	Вопросы для устного опроса Доклады Тест	4 2
Тема 1.2. Организация гражданской обороны	ОК.01 ОК.02 ОК.04 ОК.07	1	Вопросы для устного опроса Тест	11 1
Тема 1.3. Защита населения и территории при стихийных бедствиях	ОК.01 ОК.02 ОК.04 ОК.07	1	Вопросы для устного опроса Тест Доклады	7 1 5
Тема 1.4. Защита населения и территории при авариях (катастрофах) на транспорте	ОК.01 ОК.02 ОК.04 ОК.07	1	Доклады Вопросы для устного опроса Тест	2 8 1
Тема 1.5. Защита населения и территории при авариях (катастрофах) на производственных объектах	ОК.01 ОК.02 ОК.04 ОК.07	1	Вопросы для устного опроса Доклады Проект Тест	14 4 1 1
Тема 1.6. Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке	ОК.01 ОК.02 ОК.04 ОК.07	1	Доклады Вопросы для устного опроса Тест	2 4 1
Тема 1.7. Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке	ОК.01 ОК.02 ОК.04 ОК.07	1	Вопросы для устного опроса Доклады Контрольная работа	5 3 1
<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>				
Тема 2.1. Основы медицинских зна-	ОК.01 ОК.02	1	Вопросы для устного опроса	9 5

ний. Здоровый образ жизни и его составляющие.	ОК.04 ОК.07		Доклады Проект Тест	1 1
<b>Раздел 3. Основы военной службы</b>				
Тема 3.1. Основы обороны государства. Военная доктрина Российской Федерации.	ОК.01 ОК.02 ОК.04 ОК.07	1	Вопросы для устного опроса Кейс-задание Диф.зачет	8 1 1

Формы и методы контроля по элементам, составляющим учебную дисциплину, представлены в таблице.

Таблица. Формы и методы контроля

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Форма контроля	Проверяемые ОК, ПК	Форма контроля	Проверяемые ОК, У, З
<b>Раздел 1. Гражданская оборона.</b>				
Тема 1.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	Устный опрос Написание рефератов	ОК.01 ОК.02	Дифференцированный зачет	ОК.01 ОК.02 ОК.04 ОК.07 У1-У20 31-313
Тема 1.2. Организация гражданской обороны	Устный опрос Написание рефератов	ОК.01 ОК.02 ОК.04 ОК.07		
Тема 1.3. Защита населения и территории при стихийных бедствиях	Устный опрос Написание рефератов Деловая (ролевая) игра	ОК.01 ОК.02 ОК.04 ОК.07		
Тема 1.4. Защита населения и территории при авариях (катастрофах) на транспорте	Устный опрос Написание рефератов Проект	ОК.01 ОК.02 ОК.04 ОК.07		
Тема 1.5. Защита населения и территории при авариях (катастрофах) на производственных объектах	Устный опрос Написание рефератов	ОК.01 ОК.02 ОК.04 ОК.07		
Тема 1.6.	Устный опрос	ОК.01		

Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке	Написание рефератов	OK.02 OK.04 OK.07
Тема 1.7. Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке	Устный опрос Написание рефератов	OK.01 OK.02 OK.04 OK.07
<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>		
Тема 2.1. Основы медицинских знаний. Здоровый образ жизни и его составляющие.	Устный опрос Написание рефератов Проект Контрольная работа	OK.01 OK.02 OK.04 OK.07
<b>Раздел 3. Основы военной службы</b>		
Тема 3.1. Основы обороны государства. Военная доктрина Российской Федерации.	Устный опрос Деловая игра Кейс-задание	OK.01 OK.02 OK.04 OK.07


## **Оценка освоения дисциплины «ОП 09. Безопасность жизнедеятельности» (разделы включить при наличии)**

### **Вопросы для собеседования**

#### **Тема 1.1 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.**

1. История возникновения единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.
2. Структура единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.
3. Цели и задачи.
4. Общие принципы и правила поведения в различных чрезвычайных ситуациях.

#### **Тема 1.2 Организация гражданской обороны**

1. Дать определение понятию «гражданская оборона».
2. Перечислить основные цели и задачи, режимы «гражданской обороны».
3. Структура сил «гражданской обороны».
4. Дать характеристику ядерному оружию.
5. Дать определение химическому оружию.
6. Дать определение биологическому оружию.
7. Охарактеризовать средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения.
8. Охарактеризовать средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения.
9. Охарактеризовать средства коллективной защиты от оружия массового поражения.
10. Охарактеризовать убежища и противорадиационные укрытия.
11. Дать характеристику приборам радиационной и химической разведки и контроля.

#### **Тема 1.3 Защита населения и территорий при стихийных бедствиях**

1. Дайте определение понятию «чрезвычайная ситуация».
2. Назовите основные признаки классификации ЧС.
3. Каковы причины возникновения ЧС?
4. Какие аварии относятся к ЧС.
5. Как классифицируется ЧС по масштабам распространения?
6. Назовите основные группы ЧС природного характера.
7. Назовите основные группы антисейсмических мероприятий.

#### **Тема 1.4 Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на транспорте.**

1. На какие группы подразделяются ЧС техногенного происхождения.
2. Какие ЧС угрожают ЧС из космоса.
3. Выделите основные способы населения от техногенных ЧС.
4. Правила поведения при автомобильных авариях
5. Правила поведения при железнодорожных авариях.
6. Правила поведения при авариях на воздушном транспорте.
7. Правила поведения на водном транспорте.
8. Каковы причины аварий и катастроф на транспорте?

#### **Тема 1.5 Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на производственных объектах.**

1. Что следует понимать под устойчивостью работы объекта экономики?
2. Назовите основные этапы исследования устойчивости объекта экономики.
3. Какие объекты экономики относятся к категории опасных производственных объектов?
4. Назовите общие факторы, определяющие устойчивость работы объектов экономики.

5. На какие обстоятельства обращается внимание при изучении зданий и сооружений?
6. Назовите мероприятия по защите работников в условиях ЧС различного характера.
7. Какие факторы влияют на устойчивость объектов.
8. Какие мероприятия способствуют повышению устойчивости инженерно-технического комплекса?
9. Каковы способы повышения надежности технологического оборудования?
10. Назовите негативные факторы современной среды обитания человека.
11. В чем заключается неблагоприятное влияние человеческой деятельности на состояние производственной, природной и городской среды?
12. Чем обусловлена опасность бытовой (жилой) среды?
13. С чем связано возникновение чрезвычайных ситуаций в среде обитания человека?
14. Изложите существующие взгляды на обеспечение безопасного развития земной цивилизации на современном этапе.

### **Тема 1.6 Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке**

1. Дайте определение терминам «эпидемия», «эпизоотия», «эпифитотия».
2. Что необходимо для сокращения уровня инфекционных заболеваний.
3. Назовите возможные пути снижения социальных опасностей.
4. Чем опасен терроризм и как его искоренить?

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

1. Каковы основные правила безопасности жизнедеятельности?
2. Что необходимо знать о первой помощи при распространенных травмах и несчастных случаях?
3. Перечислите основные элементы здорового образа жизни.
4. Почему важно соблюдать режим сна?
5. Какие последствия для здоровья может иметь длительное пребывание на солнце без защиты?
6. Назовите 3 правила рационального питания.
7. Как отказ от курения влияет на организм человека?
8. Какую роль играет психоэмоциональное состояние в поддержании здоровья?
9. Что такое личная гигиена, и почему она является частью ЗОЖ?

### **Тема 3.1 Основы обороны государства. Военная доктрина Российской Федерации.**

1. Рассказать об основных принципах указа президента Российской Федерации «Об утверждении общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации»
2. Рассказать об основных принципах устава внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации.
3. Уметь охарактеризовать правила строевой стойки и поворотов на месте.
4. Уметь охарактеризовать повороты в движении.
5. Знать правила выхода из строя и поставки в строй.
6. Знать правила выполнения воинского приветствия в строю на месте и в движении.
7. Уметь охарактеризовать материальную часть автомата Калашникова.
8. Уметь подготовить автомат к стрельбе.

Форма текущего контроля	Критерии оценки			
	отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно
Вопросы для собеседования	Обучающийся свободно отвечает на вопросы, показывает глубокое знание темы	Ответ не достаточно полный, допускаются отдельные ошибки	Может ответить лишь на некоторые вопросы темы	Обучающийся не усвоил тему

## Темы докладов (эссе, рефератов, сообщений)

1. Система РСЧС.
2. Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения.
3. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.
4. Приборы радиационной и химической разведки и контроля.
5. Строевая подготовка.
6. Воинское приветствие.
7. Наложение кровоостанавливающего жгута, пальцевое прижатие артерий.
8. Наложение повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности.
9. Наложение шины на место перелома, транспортировка пострадавшего.

Форма текущего контроля	Критерии оценки			
	отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно
Доклад по темам	Обучающийся самостоятельно изучил литературные источники по теме, систематизировал материал и кратко его изложил. Обучающийся глубоко раскрыл тему.	Допускаются отдельные ошибки, доклад не достаточно полно раскрывает тему	Раскрыты лишь некоторые вопросы темы	Обучающийся не раскрыл тему, не ориентируется в материале исследования

## Комплект тестов

### Тема 3.1. Основы обороны государства. Военная доктрина Российской Федерации.

#### Вариант 1.

#### 1. Воинская обязанность — это:

- а) особый вид государственной службы, исполняемой в Вооруженных Силах, других войсках, органах и воинских формированиях;
- б) система знаний о подготовке и ведении военных действий;
- в) 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.

#### 2. Граждане Российской Федерации проходят военную службу:

- а) по призыву и в добровольном порядке (по контракту);
- б) только по призыву;
- в) только в добровольном порядке (по контракту);
- г) в порядке воинской повинности.

#### 3. Какой категории профессиональной пригодности гражданина, призываемого на военную службу, соответствует формулировка «рекомендуется»?

- а) первой;
- б) второй;
- в) третьей;
- г) четвертой.

#### 4. Заключение по результатам медицинского освидетельствования о категории годности к военной службе, обозначенное буквой «А», соответствует формулировке:

- а) не годен к военной службе;
- б) годен к военной службе;
- в) ограниченно годен к военной службе;
- г) временно не годен к военной службе



**2. Укажите родственников, тяжелое состояние которых является уважительной причиной для неявки в указанный срок по вызову военного комиссариата:**

- |  |                              |
|--|------------------------------|
| а) отец, мать;                         | е) племянник, племянница;    |
| б) жена, муж;                          | ж) дедушка, бабушка;         |
| в) сын, дочь;                          | з) усыновитель;              |
| г) родной брат, родная сестра;         | и) родной дядя, родная тетя. |
| д) двоюродный брат, двоюродная сестра; |                              |

**3. С каким результатом надо пробежать на лыжах 5 км, чтобы выполнить норматив для нового пополнения воинских частей на оценку «отлично»?**

- |             |             |
|-------------|-------------|
| а) 30 мин.; | в) 29 мин.; |
| б) 31 мин.; | г) 32 мин.  |

**4. Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе» установлены:**

- а) обязательная подготовка к военной службе;
- б) специальная подготовка к военной службе;
- в) необходимая подготовка к военной службе;
- г) добровольная подготовка к военной службе;
- д) принудительная подготовка к военной службе;
- е) полная подготовка к военной службе.

**5. Служебное подчинение младших старшим, нижестоящих органов вышестоящим, а также исполнение правил служебной, в том числе воинской, дисциплины во взаимоотношениях между различными по служебному положению и званию лицами — это:**

- |                          |                            |
|--------------------------|----------------------------|
| а) дисциплинированность; | в) исполнительность;       |
| б) субординация;         | г) уважительное отношение. |

**6. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации предназначен:**

- а) для подготовки населения к ведению партизанских действий в случае необходимости;
- б) для развертывания армии при мобилизации и ее пополнения во время войны;
- в) для создания резерва различных специалистов, необходимых в народном хозяйстве.

**7. Официальные нормативные правовые документы, регламентирующие повседневную деятельность военнослужащих, жизнь, быт и несение службы в вооруженных силах, подготовку личного состава, определяющие основы боевых действий войск — это:**

- |                                      |                             |
|--------------------------------------|-----------------------------|
| а) приказы командиров и начальников; | в) воинские уставы;         |
| б) официальные распоряжения;         | г) организационные указания |

**8. Воинские уставы принято подразделять на два вида:**

- |                   |                    |
|-------------------|--------------------|
| а) боевые;        | д) общевойсковые;  |
| б) повседневные;  | е) армейские;      |
| в) полевые;       | ж) военно-морские. |
| г) общевойсковые; |                    |

**9. Призыв граждан на военную службу осуществляется на основании:**

- а) приказа Министра обороны Российской Федерации;
- б) постановления Правительства Российской Федерации;
- в) указа Президента Российской Федерации;
- г) решения Государственной Думы Российской Федерации.

**10. Гражданам, признанным на медицинском освидетельствовании временно не годными к военной службе, предоставляют отсрочку от призыва для обследования и лечения на срок:**

- а) от 6 до 12 месяцев;
- б) от 3 до 12 месяцев;
- в) от 9 до 12 месяцев;
- г) от 3 до 9 месяцев.

**11. Граждан, признанных негодными к военной службе:**

- а) зачисляются в запас;
- б) направляют на лечение;
- в) направляют на альтернативную гражданскую службу;
- г) снимают с воинского учета.

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

### **Вариант 1.**

**1. Если кровь из поврежденного сосуда истекает на поверхность кожи, то это кровотечение:**

- а) внутреннее;
- б) внешнее;
- в) наружное;
- г) поверхностное.

**2. Укажите наиболее надежный способ временной остановки кровотечения.**

- а) пальцевое прижатие поверхностно расположенного артериального сосуда несколько выше кровоточащей раны;
- б) наложение жгута на 3 — 5 см выше раны;
- в) наложение давящей повязки на место кровотечения;
- г) максимальное сгибание конечности.

**3. Укажите наиболее надежный способ временной остановки кровотечения.**

- а) пальцевое прижатие поверхностно расположенного артериального сосуда несколько выше кровоточащей раны;
- б) наложение жгута на 3 — 5 см выше раны;
- в) наложение давящей повязки на место кровотечения;
- г) максимальное сгибание конечности.

**4. Кровоостанавливающий жгут накладывают:**

- а) выше раны, отступив от нее 3-5 см;
- б) непосредственно на рану, прикрыв ее куском марли или бинта;
- в) ниже раны, отступив от нее 3-5 см.

**5. Укажите последовательность наложения давящей повязки на место кровотечения:**

- а) прикрыть рану стерильной салфеткой, положить на нее сложенный в несколько раз бинт;
- б) обработать края раны любым дезинфицирующим раствором;
- в) забинтовать рану.

**6. Рана — это:**

- а) закрытое повреждение тканей, иногда с разрывом мелких кровеносных сосудов и образованием кровоподтека;
- б) повреждение тканей организма вследствие механического воздействия без нарушения целостности кожи и слизистых оболочек;
- в) повреждение тканей организма в результате смещения костей относительно друг друга;
- г) повреждение тканей организма вследствие механического воздействия, сопровождающееся нарушением целостности кожи и слизистых оболочек, а иногда и более глубоко лежащих тканей.

**7. Перед наложением повязки на рану одежду с пострадавшего сначала снимают:**

- а) с любой стороны;
- б) со здоровой стороны;
- в) с травмированной стороны.

**8. Ушиб — это:**

- а) повреждение тканей организма в результате механического воздействия не очень большой силы, сопровождающееся нарушением целостности кожи и слизистых оболочек;
- б) местное открытое повреждение тканей и органов с нарушением целостности внешних покровов;
- в) повреждение тканей в результате смещения костей в области сустава относительно друг друга;
- г) закрытое повреждение тканей, часто с разрывом мелких кровеносных сосудов вследствие удара твердым тупым предметом или падения на твердую поверхность.

**9. Разрыв связок, мышц, сухожилий сосудов и нервов, как правило, вызывает:**

- а) медленное механическое воздействие на мягкие ткани с умеренной силой;
- б) быстрое механическое воздействие на мягкие ткани с большой силой;
- в) умеренное механическое воздействие на мягкие ткани с не очень большой силой;
- г) закрытое повреждение тканей, часто с разрывом мелких кровеносных сосудов и образованием кровоподтеков от удара твердым тупым предметом или падения на твердую поверхность.

**10. Признаками вывиха обычно являются:**

- а) изменение формы сустава;
- б) бугристые образования на позвоночнике;
- в) необычное положение конечности, изменение ее длины;
- г) боль в суставе, невозможность движения в нем;
- д) сонливость.

**11. Перелом — это:**

- а) внезапное смещение суставных концов костей за пределы их нормальной подвижности, иногда с разрывом суставной сумки и связок и выходом суставного конца одной из костей из сумки;
- б) внезапное нарушение целостности кости в результате механического воздействия;
- в) внезапный выход кости за пределы обычной амплитуды движений.

**Вариант 2.**

**1. Какой способ остановки кровотечения является наиболее надежным?**

- а) наложение стерильной давящей повязки;
- б) пальцевое прижатие;
- в) наложение кровоостанавливающего жгута;
- г) максимальное сгибание конечности.

**2. Какое время кровоостанавливающий жгут может находиться на поврежденной конечности зимой?**

- а) до 30 минут;
- б) до 1 часа;
- в) до 1,5 часов;
- г) до 2 часов.

**3. Если из раны пульсирующей струей вытекает кровь алого цвета, то это:**

- а) венозное кровотечение;
- б) капиллярное кровотечение;
- в) артериальное кровотечение;
- г) паренхиматозное кровотечение

**4. При оказании медицинской помощи пострадавшему от теплового удара следует:**

- а) дать пострадавшему успокоительное средство;
- б) вынести пострадавшего на свежий воздух, в прохладное место;
- в) приложить к голове пострадавшего холодный компресс;
- г) поить пострадавшего горячим чаем или кофе;
- д) поить пострадавшего холодным чаем или подсоленной водой;
- е) вызвать «скорую помощь»;
- ж) обеспечить пострадавшему постельный режим.

**5. Бледность, снижение чувствительности кожи, появление пузырей на вторые-третьи сутки свидетельствуют об отморожении:**

- а) первой степени;
- б) второй степени;
- в) третьей степени;
- г) четвертой степени.

**6. Выберите средства, устройства и инструменты, применяемые для индивидуальной защиты человека от поражения электрическим током.**

- а) система заземления электрического прибора;
- б) система зануления электрического прибора;
- в) диэлектрические перчатки, галоши, боты;
- г) диэлектрические коврики;
- д) слесарно-монтажный инструмент с изолированными рукоятками;
- е) система автоматического защитного отключения электрического прибора при возникновении опасности поражения электрическим током.

**7. Сердечно-дыхательная выносливость — это:**

- а) способность выдерживать в течение длительного времени физическую нагрузку высокой интенсивности;
- б) умение экономно и правильно выполнять движения;
- в) способность выдерживать в течение длительного времени физическую нагрузку умеренной интенсивности.

**8. Какую из составляющих, характеризующих уровень тренированности организма человека, можно развивать выполнением упражнений на растягивание мышц и связок?**

- а) скоростные качества;
- б) гибкость;
- в) сердечно-дыхательную выносливость;
- г) мышечную выносливость

**9. К какой степени травмирования следует отнести потерю сознания и нарушение сердечной деятельности и дыхания в результате электрического удара?**

- а) первая степень; б) вторая степень; в) третья степень;

**10. Укажите последовательность оказания первой помощи при ушибе \_\_**

- а) ограничить подвижность пораженного участка;
- б) приложить холодный компресс (двойной полиэтиленовый пакет со льдом, снегом или холодной водой);
- в) наложить тугую повязку.

**11. Пращевидную повязку накладывают при ранении:**

- а) подбородка;
- б) живота;
- в) затылка;
- г) груди;
- д) носа.

### Вариант 3.

#### 1. Что такое здоровый образ жизни?

- а) отказ от вредных привычек — употребления алкоголя, табакокурения, наркотиков;
- б) индивидуальная система привычек и поведения человека, обеспечивающая ему необходимый уровень жизнедеятельности и здоровое долголетие;
- в) комплекс знаний о здоровье человека.

#### 2. Какие из перечисленных факторов оказывают наибольшее влияние на индивидуальное здоровье человека?

- а) биологические;
- б) окружающая среда;
- в) физические;
- г) служба здоровья;
- д) культурные;
- е) индивидуальный образ жизни.

#### 3. Укажите время наивысшей работоспособности человека в соответствии с суточными биологическими ритмами.

- а) с 8 до 10 часов;
- б) с 10 до 12 часов;
- в) с 12 до 14 часов;
- г) с 14 до 16 часов;
- д) с 16 до 18 часов;
- е) с 18 до 20 часов;
- ж) с 20 до 22 часов.

#### 4. Утомление — это:

- а) долговременное снижение работоспособности;
- б) систематическое ухудшение производственных показателей;
- в) временное снижение работоспособности;
- г) регулярное нарушение функций организма.

#### 5. Укажите субъективные показатели самоконтроля в индивидуальной системе здорового образа жизни.

- а) самочувствие;
- б) работоспособность;
- в) частота сердечных сокращений;
- г) сон;
- д) артериальное давление;
- е) аппетит.

#### 6. К наркотикам относятся:

- а) все психоактивные вещества;
- б) психоактивные вещества, включенные в официальный список наркотических средств;
- в) пары бензина;
- г) все средства, предназначенные для лекарственных целей;
- д) аэрозольные ядовитые вещества;
- е) пары ацетона.

#### 7. Укажите последовательность оказания первой медицинской помощи при ранении.

- а) удалить стерильным пинцетом из раны, не касаясь ее, свободно лежащие инородные тела (обрывки одежды, осколки стекла и т. д.);
- б) обработать кожу вокруг раны;
- в) остановить кровотечение;
- г) наложить на рану ватно-марлевую повязку;
- д) доставить пострадавшего в лечебное учреждение.

**8. Какую информацию необходимо указать в записке, прикрепляемой к кровоостанавливающему жгуту?**

- а) фамилию, имя, отчество пострадавшего и дату наложения жгута;
- б) время получения ранения и дату наложения жгута;
- в) точное время и дату наложения жгута, фамилию наложившего этот жгут.

**9. На какое время накладывают кровоостанавливающий жгут на поврежденную конечность зимой?**

- а) не более 1 часа;
- б) не более 2 часов;
- в) не более 3 часов;
- г) не более 4 часов.

**10. При оказании первой медицинской помощи при местном ожоге необходимо:**

- а) разрезать и удалить части одежды с места ожога;
- б) смазать ожог жиром или мазью;
- в) протереть место ожога спиртовым раствором;
- г) удалить инородные тела с места ожога;
- д) наложить на место ожога стерильную повязку;
- е) дать пострадавшему обезболивающее средство;
- ж) доставить пострадавшего в лечебное учреждение.

**11. Во время грозы необходимо выполнять следующие правила безопасности:**

- а) без необходимости не выходить из дома;
- б) закрыть окна, двери и дымоходы;
- в) отключить от сети радио и телевизоры;
- г) во время прогулки укрыться на возвышенном месте под деревом;
- д) в лесу укрыться под высоким деревом, лучше под сосной или дубом;
- е) находясь у воды, отойти подальше от берега.

**Вариант 4.**

**1. Какие из перечисленных факторов оказывают наибольшее влияние на здоровье человека?**

- а) биологические;
- б) окружающая среда;
- в) индивидуальный образ жизни;
- г) система здравоохранения.

**2. Укажите микроорганизмы, вызывающие развитие инфекционных заболеваний у человека.**

- а) сапрофиты;
- б) условно-патогенные;
- в) патогенные.

**3. Что является основной причиной утомления?**

- а) продолжительный активный отдых;
- б) длительная и напряженная умственная или физическая деятельность;
- в) регулярное несоблюдение распорядка дня;
- г) постоянное употребление стимуляторов (чай, кофе и т. п.).

**4. Укажите объективные показатели самоконтроля:**

- а) болезненные и тревожные ощущения;
- б) аппетит;
- в) самочувствие;
- г) показания частоты сердечных сокращений.

**5. Какие болезни из приведенных ниже относятся к кишечным инфекциям?**

- а) дифтерия;
- б) брюшной тиф;
- в) дизентерия;
- г) сыпной тиф;
- д) холера;
- е) чума;

**6. С биологической точки зрения иммунитет — это:**

- а) функциональное состояние организма после перенесенного инфекционного заболевания;
- б) совокупность мероприятий по профилактике инфекционных заболеваний;
- в) способ защиты внутреннего постоянства организма от живых тел или веществ, несущих в себе признаки генетически чужеродной информации.

**7. Укажите, какие из приведенных ниже симптомов характерны для одного из самых массовых инфекционных заболеваний — гриппа.**

- а) многократная рвота;
- б) озноб;
- в) легкая желтизна глаз;
- г) недомогание и слабость;
- д) головная боль;
- е) ломота во всем теле;
- ж) сыпь на лице и шее.

**8. Какое из указанных ниже вредных веществ, содержащихся в табачном дыме, наиболее опасно, так как является сильным ядом и практически мгновенно поступает в кровь?**

- а) угарный газ;
- б) синильная кислота;
- в) уголекислота;
- г) никотин.

**9. Укажите последовательность оказания первой помощи при наркотическом отравлении.**

- а) очистить дыхательные пути;
- б) дать понюхать ватку, смоченную нашатырным спиртом;
- в) вызвать «скорую помощь»;
- г) уложить пострадавшего на бок или живот.

**10. Прашевидную повязку накладывают при ранении:**

- а) подбородка;
- б) живота;
- в) затылка;
- г) груди;
- д) носа

**11. Какой способ остановки кровотечения является наиболее надежным?**

- а) наложение стерильной давящей повязки;
- б) пальцевое прижатие;
- в) наложение кровоостанавливающего жгута;
- г) максимальное сгибание конечности

Форма текущего контроля	Критерии оценки			
	отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно
Тестирование	Глубокое знание темы, 91-100% правильно выполненных заданий или при наборе обучающимся от ___ до ___ баллов	Хорошее понимание темы, 90-71% правильно выполненных заданий или при наборе обучающимся от ___ до ___ баллов	Плохое понимание темы, 70-51% правильно выполненных заданий или при наборе обучающимся от ___ до ___ баллов	Обучающийся не усвоил тему, менее 50% правильно выполненных заданий или при наборе обучающимся от ___ до ___ баллов

## Комплект задач

### Задача 1

Самолет терпит крушение над Атлантикой. Экипаж успевает послать на землю сигнал SOS и свои координаты. Стюардесса сообщает пассажирам о сложившейся на борту ситуации и дает им указания. Какие это рекомендации? Как должны вести себя пассажиры в данной ситуации?

### Задача 2

Группа студентов зимой приехала на дачу. Ребята затопили печь, чтобы прогреть помещение. К вечеру многие стали ощущать головную боль, головокружение, шум в ушах. Решено было проветрить помещение и проверить дымоход. Какие еще признаки могут свидетельствовать об отравлении угарным газом? Какими могли бы быть последствия, если бы ребята не обратили внимание на свое самочувствие и легли спать в этом помещении? В чем заключается первая помощь при отравлении угарным газом?

### Задача 3

Студент принес в учебное заведение пузырек со ртутью и разбил его в аудитории, когда пытался поделиться со своим другом. Что должен предпринять преподаватель, во время занятия которого это произошло?

Форма текущего контроля	Критерии оценки			
	отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно
Решение задач	Глубокое знание темы, 91-100% правильно выполненных заданий	Хорошее понимание темы, 90-71% правильно выполненных заданий	Плохое понимание темы, 70-51% правильно выполненных заданий	Обучающийся не усвоил тему, менее 50% правильно выполненных заданий

## Деловая (ролевая) игра

**1. Тема (проблема): «Пожарная тревога»**

**2. Концепция игры:** Имитация пожара в здании с эвакуацией людей и тушением возгорания.

**3. Роли:** преподаватель, студенты.

**4 Ожидаемый (е) результат (ы):** обучение действиям в чрезвычайных ситуациях, отработка навыков безопасного поведения и принятие решений в условиях моделируемой опасности.

**Критерии оценки освоения дисциплины на этапе проведения деловой (ролевой) игры**

Форма текущего контроля	Критерии оценки			
	отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно
Деловая (ролевая) игра	При наборе обучающимся от 20 до 29 баллов	При наборе обучающимся от 10 до 20 баллов	При наборе обучающимся от 0 до 10 баллов	При наборе обучающимся от - 12 до 0 баллов

За участие в деловой игре обучающемуся начисляются баллы в соответствии с представленными ниже критериями:

- инновационность предложенной идеи от 0 до 10 баллов;
- степень проработки материала от 0 до 5 баллов;
- самопрезентация участников команды и результатов их работы от 0 до 5 баллов;

- активность команды во время групповой работы от -3 до +3 баллов;
- аргументированность ответов с целью защитить выдвинутую позицию от -3 до +3 баллов;
- активность команды как оппонента при обсуждении вариантов других команд от -3 до +3 баллов;
- несоблюдение регламента: игровой командой докладчиком от -3 до -1 балла.

### Комплект заданий для контрольной работы

#### Тема 3.1. Основы военной безопасности Российской Федерации

##### Вариант 1

Задание 1. Работа с информационными источниками: Федеральный закон от 21 декабря 1994 №68 ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера»

Задание 2. Назовите название сигнала предупреждающий население, рабочих и служащих об аварии на атомной электростанции:

1. внимание, произошла химическая авария;
2. внимание, покинуть всем помещение;
3. внимание всем, химическая опасность;
4. внимание, одеть индивидуальные средства защиты;
5. внимание, химическая авария, покинуть помещение.

##### Вариант 2

Задание 1. Работа с информационными источниками: Федеральный закон от 12.02.1998 N 28-ФЗ "О гражданской обороне"

Задание 2. Определите алгоритм действий в ЧС ситуации на АЭС:

1. Обеспечьте укрытие.
2. Услышав сигнал, внимательно прослушайте дальнейшую информацию о сложившейся ситуации и получите указания о дальнейших действиях.
3. Закройте окна и двери, отключите приточную вентиляцию и загерметизируйте щели, чтобы предотвратить попадание радиоактивной пыли.
4. Следите за сообщениями СМИ и выполняйте все полученные инструкции.
5. Приготовьте средства индивидуальной защиты (противогазы, респираторы).

Форма текущего контроля	Критерии оценки			
	отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно
Контрольная работа	Глубокое знание темы, 91-100% правильно выполненных заданий	Хорошее понимание темы, 90-71% правильно выполненных заданий	Плохое понимание темы, 70-51% правильно выполненных заданий	Обучающийся не усвоил тему, менее 50% правильно выполненных заданий

#### Кейс-задача

##### Задание :

В ходе приготовления пищи в одном из ресторанов произошло воспламенение масла, и загорелась одежда на одном из поваров. Одежду быстро потушили. В результате возгорания были повреждены кисть и предплечье. На кисти появились пузыри, заполненные прозрачной жидкостью, при этом место ожога место ожога было очень болезненно. Повар проколол пу-

зыри и смазал место ожога подсолнечным маслом. Боль несколько утихла. На следующие сутки боль в руке значительно усилилась, поднялась температура, рука сильно покраснела.

### Вопросы:

Какой степени ожог получил повар? Почему возникли такие осложнения? Подробно опишите, как правильно оказывать доврачебную помощь при такого рода ожогах, чтобы в дальнейшем избежать осложнений.

Форма текущего контроля	Критерии оценки			
	отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно
Кейс-задача	Глубокое знание темы, 91-100% правильно выполненных заданий	Хорошее понимание темы, 90-71% правильно выполненных заданий	Плохое понимание темы, 70-51% правильно выполненных заданий	Обучающийся не усвоил тему, менее 50% правильно выполненных заданий

## Перечень дискуссионных тем для круглого стола

### 1. Экологическая безопасность:

- влияние человеческой деятельности на окружающую среду.
- основные направления обеспечения экологической безопасности.
- рациональное использование природных ресурсов и утилизация отходов

### 2. Социальная и экономическая безопасность:

- терроризм как угроза безопасности человека.
- внутренние и внешние угрозы экономической безопасности.
- важнейшие международные документы в сфере охраны окружающей среды и безопасности.

Форма текущего контроля	Критерии оценки			
	отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно
Круглый стол	Обучающийся демонстрирует полное понимание обсуждаемой проблемы, высказывает собственное суждение по вопросу, аргументированно отвечает на вопросы участников, соблюдает регламент выступления	Обучающийся понимает суть рассматриваемой проблемы, может высказать типовое суждение по вопросу, отвечает на вопросы участников, однако выступление носит затянутый или не аргументированный характер	Обучающийся принимает участие в обсуждении, однако собственного мнения по вопросу не высказывает, либо высказывает мнение, не отличающееся от мнения других докладчиков	Обучающийся не принимает участия в обсуждении

## Комплект разноуровневых задач (заданий)

### 1. Задачи репродуктивного уровня:

Задача (задание) 1. Снижение воздействия на организм человека факторов, негативно влияющих на репродуктивную систему, таких как вредные привычки (курение, алкоголь, наркотики) и загрязнение окружающей среды.

Задача (задание) 2. Формирование ответственного поведения

## 2. Задачи реконструктивного уровня:

Задача (задание) 1. Очистка и обеззараживание территории:

После химической аварии необходимо провести работы по очистке территории и восстановлению ее безопасного состояния.

Задача (задание) 2. Восстановление жилья и инфраструктуры:

Включает в себя ремонт или постройку нового жилья, а также восстановление работоспособности коммунальных систем и транспортной инфраструктуры.

## 3. Задачи творческого уровня

Задача (задание) 1. Разработать дизайн плаката или интерактивной презентации, которая в доступной и запоминающейся форме расскажет о правилах безопасности при работе с электроприборами, в интернете, или вблизи водоемов.

Задача (задание) 2. Придумайте и опишите, как будут действовать жители города во время стихийного бедствия (например, цунами, землетрясения, наводнения), учитывая особенности их расположения и доступные ресурсы.

Форма текущего контроля	Критерии оценки			
	отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно
Разноуровневые задачи	<p>ответ обучающегося полный и правильный на основании изученного материала, изложен в определенной логической последовательности, научным языком;</p> <p>Задача решена верно, приведено полное правильное решение, включающее правильный ответ и полное верное объяснение с указанием применяемых формул, законов, правил.</p> <p>ответ самостоятельный;</p>	<p>ответ обучающегося полный и правильный на основании изученного материала; материал изложен в определенной логической последовательности, при этом допущены две-три несущественные ошибки, исправленные по требованию преподавателя; решение задачи вызвало небольшие затруднения; ответ получен, решение в целом верное, но либо недостаточно обоснованное, либо содержит вычислительные погрешности, в результате которых ответ может быть неверным.</p> <p>потребовалась помощь преподавателя;</p>	<p>ответ обучающегося полный, но при этом допущена существенная ошибка или ответ неполный, несвязный;</p> <p>задача решена, но допущены ошибки в вычислениях, единицах измерений,</p> <p>обучающийся выполняет практическое задание с небольшой помощью преподавателя;</p>	<p>выявлены недостатки в подготовке обучающегося, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом, решение не соответствует ни одному из критериев, перечисленных выше.</p>

## Примерные темы курсовых работ, групповых и/или индивидуальных творческих заданий/проектов

### Групповые творческие задания (проекты):

1. "Безопасность в чрезвычайных ситуациях": Подготовка сценария и съемка видеоролика о действиях при пожаре, стихийном бедствии или другом ЧС.

### Индивидуальные творческие задания (проекты):

1 "Защита от инфекционных заболеваний": Подготовка презентации, инсценировка профилактических мероприятий или создание памяток.

Форма текущего контроля	Критерии оценки			
	отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно
Творческие задания (проекты) Курсовые работы	<p>работа носит исследовательский характер, содержит грамотно изложенные теоретические положения, глубокий анализ, критический разбор практического опыта по исследуемой проблеме, характеризуется логичным, последовательным изложением материала с соответствующими выводами и обоснованными предложениями;</p> <p>При защите проекта обучающийся показывает глубокое знание вопросов темы, свободно оперирует данными исследования, во время доклада использует иллюстративный (таблицы, схемы, графики и т.п.) или раздаточный материал, легко отвечает на поставленные вопросы.</p>	<p>работа носит исследовательский характер, содержит грамотно изложенные теоретические положения, подробный анализ, критический разбор практического опыта по исследуемой проблеме, характеризуется последовательным изложением материала с соответствующими выводами, но не вполне обоснованными предложениями;</p> <p>При защите проекта обучающийся показывает знание вопросов темы, оперирует данными исследования, во время доклада использует иллюстративный (таблицы, схемы, графики и т.п.) или раздаточный материал, без особых затруднений отвечает на поставленные вопросы.</p>	<p>работа носит исследовательский характер, содержит грамотно изложенные теоретические положения, базируется на практическом материале, но отличается поверхностным анализом практического опыта по исследуемой проблеме, характеризуется непоследовательным изложением материала и необоснованными предложениями;</p> <p>При защите проекта обучающийся проявляет неуверенность, показывает слабое знание вопросов темы, не дает полного, аргументированного ответа на заданные вопросы, иллюстративный материал подготовлен некачественно или отсутствует</p>	<p>работа не носит исследовательского характера, не содержит анализа практического опыта по исследуемой проблеме, характеризуется непоследовательным изложением материала, не имеет выводов либо они носят декларативный характер;</p> <p>При защите проекта обучающийся затрудняется отвечать на поставленные вопросы по теме, не знает теории вопроса, при ответе допускает существенные ошибки, иллюстративный материал к защите не подготовлен.</p>

## Комплект оценочных средств по формам промежуточного контроля

Методические указания по проведению дифференцированного зачета.

Место проведения: учебная аудитория.

Условия проведения: каждый обучающийся должен работать индивидуально.

Использование вспомогательной литературы и подсказок не допускается.

Порядок проведения: рекомендуется дифференцированный зачет проводить письменно, в виде теста.

### Перечень рекомендуемых вопросов для подготовки к дифференцированному зачету

1. Дать определение понятиям: чрезвычайная ситуация, катастрофа, авария, стихийное бедствие.
2. Классификация ЧС по причине возникновения, по масштабу.
3. АХОВ общее понятие. Классификация АХОВ по физиологическому воздействию на человека.
4. Дайте понятие дезактивации, дезинсекции, дезинфекции. Что включает в себя частичная, полная санитарная обработка?
5. Оружие массового поражения. Общая краткая характеристика.
6. Ядерное оружие. Основные поражающие факторы ядерного оружия и способы защиты от них.
7. Биологическое (бактериологическое) оружие. Способы применения. Назовите признаки применения противником биологического оружия.
8. Что такое ГО? Перечислите основные задачи ГО.
9. Средства коллективной защиты. Краткая классификация. Правила поведения в защитных сооружениях.
10. Способы оповещения населения при угрозе возникновения ЧС мирного и военного времени. Какие действия вы должны предпринять в сложившейся ситуации?
11. Дать определение: смерч, ураган, буря. Алгоритм действий при получении информации о надвигающемся урагане, буре, смерче?
12. Виды пожаров. Перечислите основные поражающие факторы пожара. Меры применяемые в лечебном учреждении по предупреждению возникновения пожаров? Средства пожаротушения.
13. ВС РФ основные задачи и предназначение? Дайте определение: вид ВС РФ и род войск ВС РФ?
14. Порядок призыва в ВС РФ? Дайте определения категориям годности призывников к военной службе в РФ?
15. Какими документами определяются внутренний порядок, размещение и быт военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих.
16. Виды кровотечений.
17. Отличие артериального и венозного кровотечений, способы остановки кровотечений.
18. Способы остановки венозного кровотечения.
19. Способы остановки артериального кровотечения.
20. Классификация ран. Способы оказания первой помощи при ранении сонной артерии.
21. Способы оказания ПМП при переломах костей.
22. Порядок оказания первой медицинской помощи при открытых переломах костей с

повреждением артерий.

23. Первая медицинская помощь при термических поражениях.

24. Первая медицинская помощь при травматическом шоке.

25. Первая медицинская помощь при синдроме длительного сдавления.

26. Общие принципы СЛР базовая (сердечно-легочной реанимации).

27. Электротравма. Первая медицинская помощь при электротравме.

28. Утопления. Виды. Способы оказания первой медицинской помощи при утоплении.

29. Первая медицинская помощь при механической асфиксии.

30. Первая помощь при укусах змей и животных.

### Форма примерного билета для проведения дифференцированного зачета

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова»  
Краснодарский филиал РЭУ им. Г.В. Плеханова  
Отдел среднего профессионального образования

Рассмотрено предметно-цикловой комиссией специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело	Билет к дифференцированному зачету № 1	УТВЕРЖДАЮ:
_____ наименование комиссии Протокол № ___ от «___» ___.202_ г.	Дисциплина ОП.09 Безопасность жизнедеятельности	Начальник отдела СПО _____ С.А. Марковская (подпись)
Председатель ПЦК _____ /Грушина Н.С./ (подпись) (расшифровка подписи)	Специальность 43.02.15 Поварское и кондитерское дело	

#### ВАРИАНТ 1

**1. В каких условиях целесообразно использовать метод движения по азимутам?**

- а) ясный солнечный день;
- б) густой туман;
- в) темная ночь;

**2. При нахождении в общественном месте рекомендуется выполнять следующие правила безопасного поведения:**

- а) не привлекать к себе внимание;
- б) стараться примирять ссорящихся людей;
- в) менять валюту только в специально предназначенных для этого местах.

**3. Утомление – это:**

- а) долговременное снижение работоспособности;
- б) систематическое ухудшение производственных показателей;
- в) временное снижение работоспособности.

**4. Укажите микроорганизмы, вызывающие развитие инфекционных заболеваний у человека.**

- а) сапрофиты;
- б) патогенные;

в) условно-патогенные.

**5. Боевые традиции – это:**

а) нормы, определяющие психологические и нравственные качества военнослужащих в период прохождения военной службы;

б) стихийно сформировавшиеся правила и нормы выполнения боевых задач;

в) исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с выполнением боевых задач и несением воинской службы.

**6. Совершение выдающихся по значению действий, отвечающих интересам общества и требующих от человека личного мужества, стойкости, готовности к самопожертвованию – это:**

а) героизм;

б) патриотизм;

в) мужество.

**7. Семья – это:**

а) группа людей, живущих вместе и ведущих общее хозяйство;

б) социальная демографическая группа населения, объединенная средой обитания, единой моралью, совместными доходами и расходами;

в) выработавшаяся за многие века форма объединения людей мужского и женского пола в интересах создания нормальных условий для их повседневной жизнедеятельности, сохранения здоровья, рождения и воспитания детей, передачи жизненного опыта, осуществления преемственности поколений.

**8. Признание брака недействительным может быть установлено:**

а) по желанию одного из супругов;

б) только в судебном порядке;

в) по требованию органа опеки и попечительства.

**9. К какой категории профессиональной пригодности гражданина, призываемого на службу, соответствует формулировка «рекомендуется»?**

а) первой;

б) второй;

в) третьей.

**10. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации предназначен:**

а) для подготовки населения к ведению партизанских действий в случае необходимости;

б) для развертывания армии при мобилизации и ее пополнения во время войны;

в) для создания резерва различных специалистов, необходимых в народном хозяйстве.

Ведущий преподаватель

\_\_\_\_\_ (подпись)

\_\_\_\_\_ (расшифровка подписи)

Форма итогового контроля	Критерии оценки			
	отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно
Экзамен/зачет/дифференцированный зачет/зачет с оценкой	Глубокое знание темы, 91-100% правильно выполненных заданий	Хорошее понимание темы, 90-71% правильно выполненных заданий	Плохое понимание темы, 70-51% правильно выполненных заданий	Обучающийся не усвоил тему, менее 50% правильно выполненных заданий