Тест № 1

**Вопрос 1**

Среди приведенных названий различных привычек выделите те, которые соответствуют здоровому образу жизни:

Варианты ответов

1. пристрастие к карточным играм
2. систематическое занятие физической культурой
3. злоупотребление сладкой и жирной едой
4. систематическое употребление пива в умеренных дозах
5. **ежедневное выполнение правил личной гигиены**

**Вопрос 2**

Соотнеси определение вредной привычки с термином:

Варианты ответов

1. это вид химической зависимости, связанной с вдыханием табачного дыма, который содержит психоактивное вещество — никотин, вызывающий привыкание.
2. это тяжелое прогрессирующее заболевание, при котором человек становится психологически и физически зависим, страдающий испытывает непреодолимую тягу к спиртному и употребляет его в больших количествах, несмотря на отрицательные последствия
3. это заболевание, которое возникает в результате употребления наркотических средств и психотропных веществ, вызывающих в малых дозах эйфорию, а в больших дозах одурманивание или наркотический сон.

**Вопрос 3**

Начинающий курильщик быстро привыкает к веществу, содержащемуся в табаке. Признаками острого отравления им являются: головокружение, кашель, тошнота, горечь во рту, слабость, недомогание, бледность лица. О каком веществе идет речь:

Варианты ответов

1. Никотин
2. Угарный газ
3. Фенол
4. Мышьяк

**Вопрос 4**

Алкоголь, попавший в организм человека:

Варианты ответов

1. быстро выводится вместе с мочой
2. никогда не выводится из организма
3. растворяется в крови и разносится по всему организму, оказывая разрушительное действие на все ткани и органы

**Вопрос 5**

Пассивный курильщик, это человек:

Варианты ответов

1. выкуривающий до 2 сигарет в день
2. выкуривающий одну сигарету натощак
3. находящийся в одном помещении с курильщиком

**Вопрос 6**

Курение является\_\_\_\_ привычкой, т.к. способствует \_\_\_\_ уровня здоровья за счет того, что при курении в организм попадают \_\_\_\_ вещества, способствующие возникновению \_\_\_\_, например \_\_\_\_\_\_\_.

Расставить номера ответов в пропуски

1. рак легких, гортани
2. вредной
3. ядовитые
4. снижению
5. заболеваний

**Вопрос 7**

К каким заболеваниям может привести алкоголизм?

Варианты ответов

1. цирроз печени
2. грипп
3. астма
4. хронический гепатит
5. рак
6. ВИЧ-инфекция

**Вопрос 8**

На сколько согласно исследованиям, пьющие люди (регулярно употребляющие алкоголь) в среднем живут меньше, чем непьющие?

Варианты ответов

1. на 8-10 лет
2. на 10-15 лет
3. на 15-20 лет

**Вопрос 9**

Почему употребление алкоголя особенно опасно в подростковом возрасте?

Варианты ответов

1. печень функционирует не в полной мере
2. алкоголизм развивается быстрее, чем у взрослых
3. не завершилось развитие головного мозга

**Вопрос 10**

Заболевание, которое сопутствует наркомании:

Варианты ответов

1. ВИЧ, СПИД
2. Дизентерия
3. Сахарный диабет

**Тест 2**

**Вопрос 1**

Как называется комплекс мероприятий по организованному вывозу населения из зон прогнозируемых или возникших чрезвычайных ситуаций и его временное размещение в безопасных районах?

Варианты ответов

1. эвакуация
2. транспортировка
3. вывоз

**Вопрос 2**

Какие мероприятия проводятся во время эвакуации?

Варианты ответов

1. Укрытие людей в защитных сооружениях
2. Использование средств индивидуальной защиты
3. Медицинская и другая профилактика
4. Все перечисленное

**Вопрос 3**

Каким способом может проводиться эвакуация?

Варианты ответов

1. Только пешим порядком
2. Только на транспорте
3. Обоими способами

**Вопрос 4**

Какой по времени начала проведения не бывает эвакуация?

Варианты ответов

1. Упреждающей
2. Экстренной
3. Комбинированной

**Вопрос 5**

Возможно ли размещение населения в палаточных лагерях?

Варианты ответов

1. Да, при любых условиях
2. Только в летнее время
3. Нет

**Тест 3**

**Вопрос 1**

Какова последовательность оказания первой помощи при ушибах:

Варианты ответов

1. на место ушиба приложить теплую грелку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение;
2. на место ушиба наложить холод, тугую повязку, 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.

**Вопрос 2**

Признаками перелома являются:

Варианты ответов

1. нарушение функции конечности, сильная боль при попытке движения ею, деформация и некоторое ее укорочение, подвижность костей в необычном месте;
2. тошнота и рвота, нарушение функции конечности, ее деформация и подвижность;
3. временная потеря зрения и слуха, появление сильной боли при попытке движения конечностью.

**Вопрос 3**

При закрытом переломе бедра необходимо:

Варианты ответов

1. попытаться определить подвижность ноги, согнув ее в коленном суставе, придать пострадавшему возвышенное положение;
2. дать обезболивающее средство, положить две шины: длинную, от подмышечной впадины до наружной лодыжки, и короткую, от промежности до внутренней лодыжки;
3. дать обезболивающее средство и наложить шину из подручного материала от подмышечной впадины до коленного сустава.

**Вопрос 4**

При открытом переломе прежде всего необходимо:

Варианты ответов

1. дать обезболивающее средство;
2. провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она находится в момент повреждения;
3. остановить кровотечение.

**Вопрос 5**

При оказании первой помощи в случае перелома запрещается:

Варианты ответов

1. вставлять на место обломки костей и вправлять на место вышедшую кость;
2. проводить иммобилизацию поврежденных конечностей;
3. останавливать кровотечение.

**Вопрос 6**

Кто может оказывать первую помощь пострадавшему ребенку?

Варианты ответов

1. только медицинский работник
2. любой человек, который оказался рядом с пострадавшим ребенком
3. человек, который оказался рядом с пострадавшим ребенком, при наличии специальной подготовки и (или) навыков.

**Вопрос 7**

Как называется механическое повреждение мягких тканей без видимого нарушения целостности кожи?

**Вопрос 8**

Иммобилизация это...

Варианты ответов

1. сбор военнослужащих;
2. приведение в свободное состояние частей тела;
3. приведение в неподвижное состояние части тела (конечность, позвоночник).

**Вопрос 9**

Шину из жесткого материала накладывают

Варианты ответов

1. на голое тело
2. на скрученную косынку
3. на вату, полотенце или другую мягкую ткань без складок

**Вопрос 10**

При отсутствии подходящей шины при переломе возможно...

Варианты ответов

1. иммобилизировать конечность при помощи скотча;
2. иммобилизировать конечность при помощи клея и брезента;
3. прибинтовать больную ногу к здоровой.

**Тест 4**

**Вопрос 1**

Что нужно делать при возникновении пожара?

Варианты ответов

1. Бросать всё и бежать
2. Собрать ценные вещи
3. **Позвонить по телефону 01 (или 101)**

**Вопрос 2**

Можно ли бороться с пожаром самостоятельно?

Варианты ответов

1. Ни в коем случае нельзя
2. Можно и нужно, если нет угрозы для жизни
3. Можно, но только не одному, а хотя бы вдвоём

**Вопрос 3**

Как можно предотвратить пожар?

Варианты ответов

1. Всё время держать огнетушитель наготове
2. Не хранить в доме горючие вещества
3. Не использовать неисправные электроприборы
4. Не перегружать электросеть

**Вопрос 4**

Вы находились в школе и услышали сигнал пожарной тревоги. Сразу же нужно...

Варианты ответов

**Немедленно покинуть здание, используя ближайший выход**

**Немедленно покинуть здание, используя выход, в соответствии с планом эвакуации**

**Постараться предупредить одноклассников и заставить их выйти из здания вместе с вами**

**Вопрос 5**

Что нужно сделать при непосредственной угрозе взрыва?

Варианты ответов

1. Попытаться успеть выбежать из здания
2. Вжаться спиной в стену
3. Лечь на пол лицом вниз, закрыв голову руками
4. Лечь на пол на бок, подтянув колени к животу и закрывая голову руками

**Вопрос 6**

Что нельзя тушить водой при пожаре?

Варианты ответов

1. Элементы электроснабжения (проводка, приборы и т.п)
2. Возгорание, вызванное бензином или керосином
3. Одежду, загоревшуюся на человеке

**Вопрос 7**

Каким способом можно устранить возгорание собственной одежды?

Варианты ответов

1. Добежать до ближайших людей и попросить их о помощи
2. Кататься по полу (земле, песку и т.п.)
3. Залить одежду водой

**Вопрос 8**

Какие плюсы есть у паники в чрезвычайной ситуации?

Варианты ответов

1. Паника ускоряет реакцию
2. Паника помогает легче переносить болевые ощущения
3. Паника значительно повышает тонус
4. У паники нет никаких плюсов, есть только минусы

**Вопрос 9**

Как называется устройство, оповещающее о пожаре?

Варианты ответов

1. Автономный пожарный извещатель
2. Пожарная сигнализация
3. Тревожная сигнализация
4. Правильного ответа нет

**Вопрос 10**

Что может серьёзно помешать пожарным своевременно затушить пожар?

Варианты ответов

1. Обширная площадь, охваченная огнём
2. Загромождение путей подъезда к горящему зданию
3. Загромождение путей подъезда к пожарным гидрантам
4. Отсутствие достаточного количества воды

**Темы рефератов по ОБЖ: (выбрать одну из предложенных тем)**

Основные понятия и значение пожарной безопасности

Инфекционные болезни, отравления

Курение, способы бросить курить

Чрезвычайные ситуации, угрожающие безопасности окружающей среды

СПИД — предупредить, предотвратить

Военная служба ее специфика.

Здоровый образ жизни залог счастливого будущего

Техника безопасности при работе на предприятии

Основные способы защиты населения и территорий от последствий ЧС

**Выполненные задания отсылаем на электронную почту:** [**litvinovkola@mail.ru**](mailto:litvinovkola@mail.ru)

**или в WhatsApp - 89228992769**