

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

**ОД.12 Основы безопасности  
и защиты родины**

образовательных программ СПО (ППССЗ)  
по специальностям

**53.02.02 Музыкальное искусство эстрады**

**53.02.03 Инструментальное исполнительство**

**53.02.06 Хоровое дирижирование**

**53.02.07 Теория музыки**

(углублённой подготовки)

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (ФГОС СПО) по специальности (специальностям)

53.02.02 Музыкальное искусство эстрады

53.02.03 Инструментальное исполнительство

53.02.06 Хоровое дирижирование

53.02.07 Теория музыки

Организация-разработчик: Государственное областное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Мурманский колледж искусств»

Разработчик(и):

**З.Л. Ямцова**, преподаватель физической культуры и основ безопасности жизнедеятельности  
ГОбПОУ МКИ

Рассмотрен и одобрен на заседании предметно-цикловой комиссии  
Общеобразовательных, гуманитарных и социально- экономических дисциплин

Протокол № 1 от «01» сентября 2025 г.

Председатель ПЦК Цыбульская Ю.В.

## **ОГЛАВЛЕНИЕ**

### **1 ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

#### **1.1 Область применения**

#### **1.2 Результаты освоения, подлежащие проверке**

#### **1.3 Система контроля и оценки освоения программы**

##### **1.3.1 Формы промежуточной аттестации**

##### **1.3.2 Формы текущего контроля успеваемости**

### **2 ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ**

#### **2.1 Задания для текущего контроля успеваемости**

##### **2.1.1 Типовые задания для аудиторной работы**

##### **2.1.2 Типовые задания для самостоятельной работы**

#### **2.2 Типовые задания для промежуточной аттестации**

# 1 ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

## 1.1 Область применения

Комплект контрольно-оценочных средств (КОС) является частью образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности

53.02.02 Музыкальное искусство эстрады

53.02.03 Инструментальное исполнительство

53.02.06 Хоровое дирижирование

53.02.07 Теория музыки

КОС предназначен для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, осваивающих (освоивших) содержание учебного предмета

### **Основы безопасности и защиты Родины**

КОС разработан на основании учебного плана образовательной программы, рабочей программы учебного предмета и включает оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.

## 1.2 Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке

В результате аттестации осуществляется комплексная проверка предметных результатов освоения в соответствии с ФГОС, а также динамика формирования элементов общих и профессиональных компетенций.

| Предметные результаты освоения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Формы и методы контроля и оценки                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| знание основ законодательства Российской Федерации, обеспечивающих национальную безопасность и защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о государственной политике в области обеспечения государственной и общественной безопасности, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера | Устный метод (опрос), письменный метод (решение задач) |
| знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области; прав и обязанностей граждан в области гражданской обороны; знание о действиях по сигналам гражданской обороны                                                                | Устный метод (опрос), письменный метод (решение задач) |
| сформированность представлений о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении защиты государства; знание положений Общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации                                                                                                     | Устный метод (опрос), письменный метод (решение задач) |
| сформированность знаний об элементах начальной военной подготовки (включая общевоинские уставы, основы строевой, тактической, огневой, инженерной, военно-медицинской и технической подготовки), правилах оказания первой помощи в условиях ведения боевых действий, овладение знаниями требований безопасности при обращении со стрелковым оружием     | Устный метод (опрос), письменный метод (решение задач) |
| сформированность представлений о боевых свойствах и поражающем действии оружия массового поражения, а также способах защиты от него                                                                                                                                                                                                                     | Устный метод (опрос), письменный метод (решение задач) |
| сформированность представлений о применении беспилотных летательных аппаратов и морских беспилотных аппаратов; понимание о возможностях применения современных достижений научно-технического прогресса в условиях современного боя                                                                                                                     | Устный метод (опрос), письменный метод (решение задач) |
| сформированность необходимого уровня военных знаний как фактора построения профессиональной траектории, в том числе в образовательных организациях, осуществляющих подготовку кадров в интересах обороны и безопасности государства, обеспечении законности и правопорядка                                                                              | Устный метод (опрос), письменный метод (решение задач) |
| сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении                                                                                                                                                               | Устный метод (опрос), письменный метод (решение задач) |
| сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных ситуаций; знание порядка действий в чрезвычайных ситуациях                                                         | Устный метод (опрос), письменный метод (решение задач) |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения. Знание правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике, знание о порядке действий в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Устный метод (опрос), письменный метод (решение задач) |
| овладение знаниями о способах безопасного поведения в природной среде; умением применять их на практике; знание порядка действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования                                                                                                                                                                                                                                                                            | Устный метод (опрос), письменный метод (решение задач) |
| знание основ пожарной безопасности; умение применять их на практике для предупреждения пожаров                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Устный метод (опрос), письменный метод (решение задач) |
| владение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Устный метод (опрос), письменный метод (решение задач) |
| знание основ безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Устный метод (опрос), письменный метод (решение задач) |
| сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; знания о способах безопасного поведения в цифровой среде; умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им                                                                                                                                                                                                                                                     | Устный метод (опрос), письменный метод (решение задач) |
| сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства деструктивной идеологии, в том числе экстремизма, терроризма; овладение знаниями о роли государства в противодействии терроризму; умение различать приемы вовлечения в деструктивные сообщества, экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знание порядка действий при объявлении разного уровня террористической опасности, при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции | Устный метод (опрос), письменный метод (решение задач) |

### 1.3 Система контроля и оценки освоения программы учебной дисциплины

#### 1.3.1 Формы промежуточной аттестации

| Форма промежуточной аттестации        | Форма контроля и оценки               | Коды проверяемых результатов (ПРО, ПК, ОК) |
|---------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------|
| дифференцированный зачет<br>2 семестр | устный опрос по билетам<br>(вопросам) | ПРО 1-4, ОК 10                             |

#### 1.3.2 Формы текущего контроля успеваемости

| № | наименование темы                                                                         | виды самостоятельной работы                                          | Коды проверяемых результатов (ОК) |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
|   | <b>Раздел 1. Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства</b>         |                                                                      |                                   |
| 1 | Государственная и общественная безопасность                                               | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08           |
| 2 | Роль личности, общества и государства в предупреждении и ликвидации чрезвычайных ситуаций | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08           |
|   | <b>Раздел 2. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе</b>           |                                                                      |                                   |
| 3 | Современные представления о культуре безопасности                                         | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08           |
|   | <b>Раздел 3. Безопасность в быту</b>                                                      |                                                                      |                                   |
| 4 | Источники опасности в быту. Профилактика и первая помощь при отравлениях и травмах        | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08           |
| 5 | Пожарная безопасность в быту                                                              | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08           |
| 6 | Безопасное поведение в местах общего пользования                                          | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08           |
|   | <b>Раздел 4. Безопасность на транспорте</b>                                               |                                                                      |                                   |
| 7 | Безопасность дорожного движения                                                           | чтение конспекта, тестовые задания,                                  | ОК 01,02,03,04,06,07,08           |

|    |                                                                                                                |                                                                      |                         |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------|
|    |                                                                                                                | подбор примеров, разбор ситуаций                                     |                         |
| 8  | Правила безопасного поведения на разных видах транспорта                                                       | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
|    | <b>Раздел 5. Безопасность в общественных местах</b>                                                            |                                                                      |                         |
| 9  | Опасности социально-психологического характера                                                                 | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
| 10 | Действия при угрозе или совершении террористического акта, пожара в общественных местах, обрушении конструкций | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
|    | <b>Раздел 6. Безопасность в природной среде</b>                                                                |                                                                      |                         |
| 11 | Основные правила безопасного поведения в природной среде                                                       | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
| 12 | Природные чрезвычайные ситуации                                                                                | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
|    | <b>Раздел 7. Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи</b>                                             |                                                                      |                         |
| 13 | Факторы, влияющие на здоровье человека. Инфекционные заболевания                                               | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
| 14 | Неинфекционные заболевания: факторы риска и меры профилактики                                                  | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
| 15 | Психическое здоровье и психологическое благополучие                                                            | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
|    | <b>Раздел 8. Безопасность в социуме</b>                                                                        |                                                                      |                         |
| 16 | Конфликты и способы их разрешения                                                                              | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
| 17 | Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия                                            | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
| 18 | Психологические механизмы воздействия на большие группы людей                                                  | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
|    | <b>Раздел 9. Безопасность в информационном пространстве</b>                                                    |                                                                      |                         |
| 19 | Безопасность в цифровой среде                                                                                  | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
| 20 | Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде                                                          | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
| 21 | Достоверность информации в цифровой среде                                                                      | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
|    | <b>Раздел 10. Основы противодействия экстремизму и терроризму</b>                                              |                                                                      |                         |
| 22 | Экстремизм и терроризм как угроза устойчивого развития общества                                                | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
| 23 | Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта                                   | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
| 24 | Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта                                   | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
| 25 | Противодействие экстремизму и терроризму                                                                       | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
|    | <b>Раздел 11. Основы военной подготовки</b>                                                                    |                                                                      |                         |
| 26 | Оборона страны как обязательное условие благополучного развития страны                                         | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
| 27 | Виды, назначение и характеристики современного оружия                                                          | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
| 28 | Виды оружия массового поражения и поражающие факторы. Средства индивидуальной и коллективной защиты            | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |
| 29 | Беспилотные системы и радиосвязь                                                                               | чтение конспекта, тестовые задания, подбор примеров, разбор ситуаций | ОК 01,02,03,04,06,07,08 |

## 2 ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ

### 2.1 Задания для текущего контроля успеваемости

#### 2.1.1 Задания для аудиторной работы

Тема: **Вооружённые Силы РФ – основа обороны государства**

Содержание задания: Отработка строевых приемов и движения без оружия. Выполнение команд: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головной убор снять (одеть)». Повороты на месте. Движение строевым шагом.

Строевые приемы и движения без оружия. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.

Построения, перестроения, повороты, перемена направления движения. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.

Строй подразделений в пешем порядке. Развернутый и походный строй взвода.

Время на выполнение: 45 мин

Критерии оценки:

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| «отлично»             | Оценка «5» (отлично) выставляется, если студент демонстрирует прочные, систематизированные (со знанием связей элементов и умением их обобщения) теоретические знания и владение практическими навыками в полном объеме, предусмотренном программой.                                       |
| «хорошо»              | Оценка «4» (хорошо) выставляется, если студент демонстрирует хорошие теоретические знания и владение практическими навыками в объеме, предусмотренном программой. Допускаемые им при этом неточности и погрешности не являются существенными и не затрагивают основных понятий и навыков. |
| «удовлетворительно»   | Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется, если допускает существенные неточности в изложении основных теоретических положений и показали частичное владение предусмотренными программой практическими навыками.                                                                        |
| «неудовлетворительно» | Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется, если демонстрирует незнание основных теоретических положений и не владеет предусмотренными программой практическими навыками.                                                                                                              |

#### 2.1.2 Задания для самостоятельной работы

##### Рефераты (конспекты, эссе, сообщения)

*наименование формы контроля*

Тема: **Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья**

Содержание задания: Подготовка реферата по теме (на выбор) «Табачный дым и его составные части», «Влияние курения на нервную и сердечнососудистую систему», «Пассивное курение и его влияние на здоровье».

«Основные виды современного терроризма»

Тема: **Государственная система обеспечения безопасности населения**

Содержание задания: Подготовка рефератов по темам: «Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации», «Организация защиты населения России от чрезвычайных ситуаций мирного времени», «Организация защиты населения России от чрезвычайных ситуаций военного времени», «Служба скорой медицинской помощи».

Тема: **Основы обороны государства и воинская обязанность**

Содержание задания: Подготовка рефератов по темам: «Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву», «Уголовная ответственность за преступления против военной службы», «Альтернативная гражданская служба. Основные условия

прохождения альтернативной службы», «Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества».

Тема: **Основы медицинских знаний**

Содержание задания: Подготовка рефератов по темам: «Способы остановки кровотечения», «СПИД и его профилактика».

Критерии оценки реферата:

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| «отлично»             | обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы. |
| «хорошо»              | основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.        |
| «удовлетворительно»   | имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.;                                                                                        |
| «неудовлетворительно» | тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы                                                                                                                                                                                                                                                      |

## 2.2 Задания для промежуточной аттестации

### Дифференцированный зачет

*Практические задания для промежуточного контроля в 1-ом семестре*

1. Вы получили сигнал «Внимание всем». Ваши действия?
2. Зайдя в подъезд дома, вы ощутили сильный запах дыма. Ваши действия?
3. Загорелся телевизор. Ваши действия?
4. В квартире возник пожар. Ваши действия?
5. Слышится шум и крики о помощи в подъезде вашего дома. Ваши действия?
6. На вас напала собака. Ваши действия?
7. Вы оказались в толпе бегущих в панике людей. Какие действия необходимо предпринять?
8. Возвратившись домой, вы обнаружили, что дверь квартиры взломана или открыта. Ваши действия?
9. Звонок в квартиру. Ваши действия?
10. Пожар в высотном доме. Ваши действия?

Требования к контрольному уроку 1 семестра: ответы на теоретические вопросы и выполнение практического задания.

*Вопросы к контрольному уроку:*

1. Обеспечение личной безопасности при пожаре.
2. Действия при обнаружении взрывоопасного устройства.
3. Чем опасны электромагнитные излучения. Назовите два метода защиты от электромагнитных полей.
4. Взрыв – ЧС техногенного характера.
5. Личные меры безопасности при угрозе взрыва.

6. Безопасное поведение пешеходов на улицах и дорогах.
7. Какие меры предосторожности от поражения электрическим током необходимо соблюдать в квартире?
8. Меры безопасности при проведении контртеррористической операции.
9. Правила поведения граждан при возникновении пожара в здании (в колледже).
10. Перечислите виды электротравм.
11. Перечислите меры пожарной безопасности в быту.
12. Назовите общие правила безопасного поведения при захвате в заложники.
13. Три вида воздействия электрического тока на организм человека.
14. Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности.
15. Понятие ЧС, четыре элемента ЧС.
16. Перечислите огнетушащие средства и их применение.
17. Поражающие факторы взрыва и их воздействие на организм человека.
18. Какие меры предосторожности от поражения электрическим током необходимо соблюдать во дворе, находясь в лесу, на природе.
19. Особенности уголовной ответственности подростка, совершившего противоправные действия в возрасте от 16 – ти до 18 – ти лет.
20. Понятие о пожаре и его поражающих факторах.
21. Основные правила безопасности в криминогенной ситуации.
22. Особенности уголовной ответственности подростка, совершившего противоправные действия в возрасте от 14 – ти до 16 – ти лет.
23. Перечислите правила предупреждения уличного травматизма.

#### *Практические задания для промежуточного контроля в 2-ом семестре*

1. Правила остановки артериального кровотечения.
2. Правила наложения давящей повязки.
3. Правила наложения жгута.
4. Правила наложения шины при переломах.
5. Правила остановки венозного кровотечения.
6. Способы переноски пострадавшего.
7. Способы и правила проведения искусственной вентиляции лёгких.
8. Подготовка пострадавшего к проведению искусственной вентиляции лёгких.
9. Правила проведения непрямого массажа сердца.
10. Симптомы обморожения. Первая помощь при обморожении.
11. Меры профилактики и оказание первой доврачебной помощи при отравлениях.
12. Покажите способы определения клинической смерти.

Требования к зачёту 2 семестра: ответы на теоретические вопросы.

#### *Список вопросов:*

1. Здоровье человека, определения здоровья, его составляющие. Факторы, формирующие здоровье.
2. Способы и средства индивидуальной защиты человека от воздействия шума.
3. Экологическая среда и экологическая безопасность России. Источники загрязнения.
4. Первоначальная постановка граждан на воинский учёт. Обязанности граждан по воинскому учёту.

5. Законы и другие нормативно – правовые акты Российской федерации по обеспечению безопасности. Краткое содержание.
6. Влияние биоритмов на работоспособность человека.
7. Основы семейного права. Нравственность и здоровье.
8. Нарушение биологических процессов в человеке.
9. Наиболее распространённые инфекционные болезни, причины, пути передачи. Меры профилактики.
10. Способы и методы воздействия на формирование установки человека на здоровый образ жизни.
11. Единая государственная система предупреждения и ликвидации последствий ЧС (РС ЧС), содержание, задачи, цели.
12. Двигательная активность, её значение для здоровья человека.
13. Правовые основы оказания первой доврачебной помощи. Последовательность оказания первой доврачебной помощи.
14. Закаливание организма и его значение для укрепления здоровья человека.
15. Биоритмы, виды биоритмов. Что влияет на формирование биоритмов всех живых существ?
16. Дайте характеристику биоритмов людей, отнесённых к группе «жаворонков».
17. Экологическая безопасность региона. Меры, предпринимаемые для защиты окружающей природной среды. ЗМО от 29.12.2004. № 585 – 01 – ЗМО. «О защите населения и территорий Мурманской области».
18. Здоровый образ жизни, его составляющие.
19. Права и обязанности граждан в законе РФ «О пожарной безопасности».
20. Химические загрязнения окружающей среды, их источники, способы защиты.
21. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие о ВИЧ – инфекции. Факторы риска. Пути передачи. Индивидуальные средства защиты.
22. Перечислите уровни двигательной активности человека.
23. Защита от стресса. Правила стрессоустойчивого поведения.
24. Безопасное питание. Рекомендации общего характера культуры и гигиены безопасного питания.
25. Организация медицинского освидетельствования граждан при их первоначальной постановке на воинский учёт.
26. Безопасное питание. Правила физиологической гигиены отделов пищеварительной системы. Суточный рацион человека умственного труда.
27. Уровни шумового загрязнения окружающей среды. Приведите примеры.

#### *Критерии оценок:*

«5» - студент свободно владеет материалом; анализ событий, их причин, последствий и взаимосвязей проводит системно, развёрнуто, грамотно и осознанно, отвечает на дополнительные и уточняющие вопросы.

«4» - отвечающий знает материал, ориентируется в нём. В ответе выражены погрешности. На уточняющие вопросы студент отвечает, но не исправляет допущенные промахи в изложении темы.

«3» - студент раскрывает тему хаотично, допускает ошибки в изложении материала, анализ явлений поверхностный, но демонстрирует владение материалом в целом, хотя с трудом отвечает на уточняющие вопросы.

«2» - отвечающий не знает материал темы, на дополнительные и уточняющие вопросы не отвечает и не владеет терминологией.