



## Основы безопасности жизнедеятельности.oi(dor)

- 1 ЗОЖ – это ...
- 2 К элементам здорового образа жизни относятся...
- 3 К факторам, сохраняющим здоровье относятся ...
- 4 Не принято выделять ... компонент здоровья
- 5 Гиподинамия – это ...
- 6 Активный отдых – это отдых в ...
- 7 К факторам, способствующим быстрому переходу от сонливости к активному бодрствованию, относятся ...
- 8 Механизм воздействия физических упражнений на активность головного мозга после сна состоит в том, что активизируются ...
- 9 К условиям правильного развития и функционирования опорно-двигательного аппарата и организма в целом относят ...
- 10 Физические упражнения влияют на общую двигательную активность тем, что ...
- 11 Повышение устойчивости организма путём регулярного прерывистого воздействия холодových процедур – это ...
- 12 Наука, изучающая влияние факторов окружающей среды на организм человека и разрабатывающая мероприятия, предотвращающие вредное влияние их на здоровье, - это ...
- 13 Условия, способствующие возникновению умственного утомления – это ...
- 14 Правильное положение частей тела при сидении, стоянии и ходьбе – это ...
- 15 К основным причинам искривления позвоночника относят ...





- 16) Способность сохранять соответствующую возрасту и полу психофизическую устойчивость в условиях постоянного изменения количественных и качественных единиц структурной и сенсорной информации – это ...
- 17) Заболевания, передающимися половым путём, - это ...
- 18) Многократное воздействие на поверхность тела разных температур посредством водных или воздушных ванн, вызывающее появление приспособленности организма к неблагоприятному воздействию низких и высоких температур называется ...
- 19) Закаливание воздухом – это ...
- 20) Основные причины плоскостопия – это ...
- 21) Ваш знакомый часто передвигается по городу на автомобиле, но при этом не любит пристегиваться ремнем безопасности, так как считает, что это бессмысленно. Насколько необходимо и обосновано, на ваш взгляд, использование ремня безопасности в автомобиле?
- 22) Военская обязанность – это ...
- 23) Граждане Российской Федерации проходят военную службу ...
- 24) Комиссия по постановке граждан на воинский учет предусмотрена в составе, в который входят ...
- 25) Уважительной для неявки по вызову военкомата является такая причина, как ...
- 26) Профессиональный психологический отбор граждан, призываемых на военную службу, осуществляется с целью ...
- 27) Формулировка «рекомендуется» соответствует ... категории профессиональной пригодности гражданина, призываемого на военную службу
- 28) Согласно психологической классификации воинских должностей на командные должности целесообразно готовить и назначать граждан, имеющих такую специальность, как ...
- 29) Увольнение с военной службы — это ...
- 30) Солдаты, матросы, сержанты и старшины могут пребывать в запасе Вооруженных Сил Российской Федерации до ... лет





- 31) Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» определяет, что военная служба исполняется гражданами ...
- 32) Согласно Федеральному закону «О воинской обязанности и военной службе», первоначальная постановка на воинский учет граждан мужского пола осуществляется в период с ...
- 33) Считаются уклонившимися от исполнения воинской обязанности и подлежащими административной ответственности граждане, ...
- 34) Оценка профессиональной пригодности «рекомендуется» соответствует ... гражданина, призываемого на военную службу
- 35) Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе» установлена ... подготовка к военной службе
- 36) 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...
- 37) Запас Вооруженных Сил Российской Федерации предназначен для ...
- 38) Граждане, состоящие в запасе, могут призываться на военные сборы продолжительностью до ...
- 39) Вооруженные силы Российского государства формировались в следующей последовательности:
- 40) Установите соответствие между историческим событием и его временем:
- 41) Обязательно ли изучение основ военной службы в негосударственном образовательном учреждении «Женская историко-филологическая православная гимназия»?
- 42) В одном из городов совместно тренировались три спортсмена по одному и тому же виду спорта. Один спортсмен постоянно принимал в большом количестве спортивное питание и синтетические витамины, второй спортсмен не принимал ничего, третий лишь изредка принимал витамины. Через некоторое время спортсмен, который постоянно принимал спортивное питание, тяжело заболел и был вынужден навсегда уйти из спорта. Объясните, почему это произошло?
- 43) При ушибах необходимо наложить ...
- 44) При вывихах необходимо ...





- 45) При открытых переломах необходимо ...
- 46) При закрытых переломах необходимо ...
- 47) При подозрении на сотрясение головного мозга необходимо ...
- 48) При экстренной реанимационной помощи пострадавшему ...
- 49) В результате перенесённого заболевания формируется ... иммунитет
- 50) Система мер, направленных на предупреждение возникновения болезни, – это ...
- 51) Дифтерия дает осложнение на ...
- 52) Повторная вакцинация – это ...
- 53) Один из главных признаков наружного кровотечения – это ...
- 54) Один из главных признаков поверхностного венозного кровотечения – это ...
- 55) Один из главных признаков внутреннего кровотечения – это ...
- 56) При растяжениях необходимо наложить ...
- 57) При ушибах необходимо наложить ...
- 58) Человек или животное, которые в данный момент не болеют, но выделяют в окружающую среду возбудитель заболевания, – это...
- 59) Признаками ушиба является ...
- 60) Общие мероприятия оказания первой помощи при кровотечениях проводятся в следующей последовательности:
- 61) Установите соответствие между степенью ожога и его проявлением на теле:
- 62) На автобусной остановке стоящий рядом мужчина побледнел и упал. Он находится без сознания, кожные покровы бледные, с сероватым оттенком; зрачки широкие, на свет не реагируют. Ваши действия?





- 63) Вы идете с работы домой, и во дворе вашего дома вас кусает дворовая собака, которая возможно больна бешенством. Каковы адекватные действия в данной ситуации?
- 64) Вы пришли с другом в ресторан. Вы заказали себе салат, а друг заказал кофе с коньяком. Через некоторое время вашему другу стало плохо. Дайте вероятное обоснованное объяснение того, что произошло с вашим другом.
- 65) Один из ваших родственников внезапно заболел гриппом, измерение температуры показало температуру тела больного – 37,4 градуса. Пришедший на осмотр врач выписал жаропонижающее лекарство, но забыл уточнить, при какой температуре тела его принимать. По вашему мнению, начиная с какой температуры можно пить жаропонижающие лекарства?
- 66) Два друга поехали на рыбалку на двух автомобилях. Первый постоянно маневрировал на трассе, перестраиваясь из полосы в полосу со скоростью 90–120 км/ч., второй все время ехал с одной и той же скоростью 90 км/ч. и редко менял полосу движения. В результате оба друга приехали в одно и то же время. Объясните, как такое возможно.
- 67) Вы стоите на станции в метро и ждете приближающийся поезд. Вдруг вы видите, что один из рядом стоящих пассажиров упал на рельсы, а поезд уже на достаточно близком расстоянии. Что должен сделать упавший на рельсы пассажир, чтобы спасти свою жизнь? Какие действия будут для упавшего пассажира наиболее безопасными?
- 68) Два брата учатся в одном учебном заведении, в одной и той же группе, но один брат предпочитает выполнять домашние задания в период с 6 до 9 часов утра, а другой – в период с 19 до 22 часов вечера. У кого из братьев, на ваш взгляд, продуктивность занятий будет выше?
- 69) Гуляя зимой при температуре -20 градусов, вы увидели лежащего без сознания человека. Желая помочь ему, вы принялись проверять наличие дыхания при помощи зеркала, которое при поднесении ко рту лежащего запотело. Значит ли это, что человек дышит, или есть другие, более корректные способы проверить наличие дыхания пострадавшего?
- 70) Два друга праздновали день рождения одного из них, как вдруг в квартире возник сильный пожар. Один из друзей бросился открывать окна, второй стал тушить пожар водой, поливая все охваченное пламенем, в том числе и электроприборы. Правильными ли, по вашему мнению, являются их действия?





- 71) Вы едете в автобусе, сидя в кресле. Неожиданно вы видите в окно, что неизбежна авария с участием вашего автобуса. Какими будут ваши действия по сохранению личной безопасности?
- 72) С точки зрения влияния на организм никотин ...
- 73) Наиболее часто с сосудосуживающим действием никотина связано такое заболевание, как ....
- 74) Курение влияет на органы дыхания, вызывая ...
- 75) С точки зрения влияния на органы пищеварения курение ...
- 76) Вдыхание загрязнённого табачным дымом воздуха – это ... курение
- 77) С точки зрения влияния на органы пищеварения алкоголь ...
- 78) С точки зрения влияния на обмен веществ алкоголь, никотин и наркотики ...
- 79) С точки зрения влияния на зрение алкоголь ...
- 80) К факторам, повреждающим голосовые связки и нарушающим звукообразование, относят ...
- 81) Всемирный день борьбы с наркоманией – это ...
- 82) Законодательством РФ брачный возраст устанавливается с ...
- 83) Зарегистрированным считается брак, ...
- 84) Юридическими условиями прекращения брака является ...
- 85) Соглашение лиц, вступающих в брак, определяющее имущественные права и обязанности супругов – это брачный ...
- 86) Родители имеют равные права и несут равные обязанности в отношении своих детей до достижения ими ...
- 87) Уголовная ответственность несовершеннолетних наступает с ...
- 88) Регулярное облучение кожи солнечными лучами необходимо для предупреждения ...
- 89) Признаки недостатка в организме витамина С – это ...





- 90 Избыточное потребление соли, жёсткой воды и малоподвижный образ жизни способствуют ...
- 91 Установите соответствие между категорией образа жизни человека и её характеристикой:
- 92 Территория, подвергшаяся заражению радиоактивными осадками – это зона радиоактивного ...
- 93 Радиационное облучение человека может привести к ...
- 94 Защитное сооружение, в котором можно укрыть людей от высоких температур, продуктов горения, опасных химических веществ, проникающей радиации и радиоактивной пыли – это ...
- 95 Система, осуществляющая государственную политику в области безопасности жизнедеятельности, – это ...
- 96 Управляющим органом РСЧС является ...
- 97 Область резкого сжатия среды, сферически распространяющаяся со сверх звуковой скоростью, – это ударная ...
- 98 Поток лучистой энергии, продолжительностью 20 секунд, вызывающий массовые пожары, – это световое ...
- 99 Кратковременное электромагнитное поле, выводящее из строя радиоэлектронные приборы, – это ...
- 100 Ядовитое соединение, применяемое для снаряжения химических боеприпасов, – это ...
- 101 Территория, подвергшаяся непосредственному воздействию химического оружия, на которой произошло массовое поражение людей и животных, – это ...
- 102 К нервнопаралитическим относится ...
- 103 На болезнетворных свойствах микроорганизмов основано ... оружие
- 104 Одноклеточные микроорганизмы растительной природы, чувствительные к высоким температурам, солнечному свету, дезинфицирующим средствам, вызывают наиболее опасные заболевания у человека (чуму, холеру, сибирскую язву) – это ...
- 105 Группа микроорганизмов, способных жить и размножаться только в живых клетках, гибнущих от воздействия ультрафиолетовых лучей и высоких температур, вызывает заболевания людей такими болезнями, как натуральная оспа и жёлтая лихорадка – это ...





- 106 Противогаз носится в положении ...
- 107 Очки и клапанная коробка относятся к такой части противогаса, как ...
- 108 Проявление внешних сил природы, сопровождающееся катастрофическими последствиями: гибелью людей и животных, разрушением сооружений, вызывающее аварии и катастрофы, - это ...
- 109 Смещение масс почвы горных пород вниз под действием силы тяжести в результате нарушения равновесия склонов, чаще всего по берегам рек и водоёмов - это ...
- 110 Установите последовательность поражающих факторов ядерного оружия в порядке нанесения ущерба:
- 111 Установите соответствие между болезнетворными микробами и болезнями, которые они вызывают:
- 112 Система политических, экономических, военных, социальных и правовых мер по обеспечению готовности Государства к защите от вооружённого нападения, а также защите населения, территории и суверенитета РФ - это...
- 113 ВС и устанавливается воинская обязанность граждан РФ создаются для ...
- 114 Назначение ВС РФ - это ...
- 115 Комплектование ВС осуществляется на основе ...
- 116 От воинской обязанности освобождаются ...
- 117 Первоначальная постановка граждан на воинский учёт осуществляется ...
- 118 Гражданин должен встать на воинский учёт при смене места жительства в течение ...
- 119 Гражданин подлежит призыву на военную службу с ...
- 120 Освобождаются от призыва на военную службу такие категории граждан, как лица, ...
- 121 В войсках организуется жизнь, быт и распорядок дня военнослужащих на основе такого документа, как ...





- 122) Расположите воинские звания в порядке последовательности от младшего к старшему:
- 123) Звания младшего офицерского состава сухопутных войск – это ...
- 124) Высшему офицерскому составу присваивается такое звание, как ...
- 125) Запас Вооруженных Сил Российской Федерации предназначен для ...
- 126) Днем окончания военной службы считается день ...
- 127) Если гражданин уклоняется от призыва путём причинения себе телесного повреждения, симуляции болезни или путём другого обмана, то для него предусмотрено лишение свободы на срок ...
- 128) Люди, находящиеся на военной службе, называются ...
- 129) Заключение по результатам освидетельствования категории «Д» означает, что гражданин ...
- 130) Боевые уставы ВС РФ содержат ...
- 131) Установите соответствие между видом авиации и решаемыми им боевыми задачами:
- 132) При переломе плеча, если необходимые шины отсутствуют, то необходимо ...
- 133) Пострадавшего кладут в тень с приподнятой головой, снимают тесную одежду, кладут холод на голову и грудь, дают обильное питьё при ...
- 134) Если ушиб пришёлся на мягкие ткани бедра, то необходимо ...
- 135) Типичные признаки наступающего утомления – это ...
- 136) Снимать одежду с пострадавшего при повреждении руки или ноги рекомендуется сначала ...
- 137) При ранении руки рекомендуется надеть на пострадавшего куртку ...
- 138) Характеризуется нарушением целостности кожных покровов, слизистых оболочек, а иногда и глубоких тканей, сопровождается болью, кровотечением и зиянием – это ...
- 139) Самым опасным является ... кровотечение





- 140) Совокупность мероприятий, направленных на предупреждение попадания микробов в рану – это...
- 141) При переломе предплечья необходимо обездвижить суставы ...
- 142) При переломе бедра необходимо обездвижить суставы ...
- 143) Доврачебная помощь при растяжении связок, вывихе и ушибе суставов заключается в том, что нужно ...
- 144) Доврачебная помощь при закрытом переломе костей заключается в том, что шина кладется на ...
- 145) Шина, используемая при переломах, - это ...
- 146) Зимой кровоостанавливающий жгут может быть наложен ...
- 147) Выходение крови из кровеносных сосудов наружу через повреждения кожных покровов или во внутренние ткани и полости – это ...
- 148) Правильность наложения жгута контролируется ...
- 149) Доврачебная помощь при переломах завершается ...
- 150) При проведении сердечно-лёгочной реанимации в одиночку необходимо соблюдать соотношение ... между вдуванием воздуха и толчками на грудину
- 151) Установите последовательность оказания первой помощи при ранах:
- 152) Комплекс мероприятий, цель которых не допустить поражение людей или максимально снизить степень воздействия поражающих факторов при возникновении ЧС – это ...
- 153) Руководство системой РСЧС осуществляет ...
- 154) К режиму функционирования системы РСЧС относят ...
- 155) К предупредительным мероприятиям по защите населения от ЧС относят ...
- 156) Основные обязанности граждан РФ по защите от ЧС – это ...
- 157) В условиях недостатка кислорода в воздухе используются ... противогазы





- 158) Сооружения, предназначенные для защиты людей от последствий аварий (катастроф) и стихийных бедствий, а также от поражающих факторов оружия массового поражения и обычных средств нападения – это ... сооружения
- 159) При наличии в воздухе химически опасных (отравляющих) веществ снабжение убежища воздухом должно осуществляться в режиме ...
- 160) Современные убежища обеспечивают условия для непрерывного пребывания в них людей на срок не менее ... суток
- 161) В случае угрозы возникновения чрезвычайной ситуации проводится ... эвакуация
- 162) Основная цель создания РСЧС – это ...
- 163) К защитным мероприятиям по защите населения от ЧС относятся ...
- 164) Силы и средства РСЧС подразделяют на ...
- 165) По принципу защитного действия средства индивидуальной защиты делятся на ...
- 166) По назначению респираторы делятся на ...
- 167) К коллективным средствам защиты относятся ...
- 168) Защитные свойства противорадиационных укрытий определяются ...
- 169) К простейшим укрытиям относится ...
- 170) В случае возникновения чрезвычайной ситуации проводится ... эвакуация
- 171) Система мероприятий по подготовке и защите населения, материальных и культурных ценностей от опасностей, возникающих при ведении военных действий и чрезвычайных ситуациях (ЧС), - это гражданская ...
- 172) Два друга пошли в большой поход по тайге на несколько дней. Спустя какое-то время они заблудились и хотели позвонить по мобильному телефону спасателям, чтобы вызвать помощь. Но телефон не работал, связи в тайге не было. Объясните, почему у заблудившихся возникли проблемы с сотовой связью?

