

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Чукотского автономного округа «Чукотский многопрофильный колледж»
(ГАПОУ ЧАО «ЧМК»)

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
ГАПОУ ЧАО
«ЧМК»:

О.Н. Гришин

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

ОП.08 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих по профессии
43.01.09 Повар, кондитер

Анадырь
2026

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2026
--------------------	--------------------------	-----------------------

Организация-разработчик: Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Чукотского автономного округа «Чукотский многопрофильный колледж» (далее ГАПОУ ЧАО «ЧМК»)

Разработчик:

Кабаков В.Е., преподаватель ГАПОУ ЧАО «ЧМК»

Рекомендован Методическим советом ГАПОУ ЧАО «ЧМК»

Протокол № 6 от «13» января 2026 г.

Утвержден Приказом № 01-10/36 от 29.01.2026 г. «Об утверждении документов по организации учебного процесса»

ЗАДАНИЯ ДЛЯ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ

1. Вопросы и задания для текущего контроля

Раздел I. Гражданская оборона

Тема 1.1. Организация гражданской обороны

1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций

2. Ядерное, химическое и биологическое оружие, средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения

3. Приборы радиационной и химической разведки и контроля

4. Правила поведения и действия людей в зонах радиоактивного, химического заражения и в очаге биологического поражения

Тема 1.2. Защита населения и территорий при стихийных бедствиях, авариях (катастрофах). Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической, социальной обстановке

1. Дайте классификацию чрезвычайных ситуаций природного характера (стихийных бедствий).

2. Назовите правила безопасного поведения при землетрясении (в помещении и на улице).

3. Как действовать при наводнении? Что нужно взять с собой при эвакуации?

4. Каковы правила поведения при урагане, буре, смерче?

5. Дайте классификацию чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

6. Каковы основные причины аварий на пожаро- и взрывоопасных объектах?

7. Что такое гидродинамическая авария? Каковы её последствия и порядок действий населения?

8. Назовите меры безопасности при аварии на транспорте (железнодорожном, автомобильном, авиационном).

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

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

9. Дайте определение понятию «здоровье» по ВОЗ. Какие виды здоровья вы знаете (физическое, психическое, социальное)?

10. Что такое общественное здоровье и от каких факторов оно зависит?

11. Назовите основные составляющие здорового образа жизни (ЗОЖ).

12. Как правильно организовать режим дня при совмещении учёбы и работы?

13. Какие факторы разрушают здоровье человека?

14. В чём заключается вред курения, употребления алкоголя и наркотиков (психоактивных веществ)?

15. Назовите меры профилактики злоупотребления психоактивными веществами.

16. Что такое рациональное питание? Какие принципы лежат в его основе?

17. Как физическая активность влияет на здоровье человека?

Раздел 3. Основы военной службы

Тема 3.1. Основы обороны государства. Военная доктрина Российской Федерации

18. Что составляет основу обороноспособности Российской Федерации?

19. Дайте определение Вооружённым Силам (ВС) РФ. Назовите их основное предназначение.

20. Какова структура ВС РФ? Какие виды и рода войск входят в их состав?

21. Назовите функции и основные задачи современных Вооружённых Сил России.

22. Что такое военная доктрина РФ? Каков её оборонительный характер?

23. Каков порядок призыва граждан на военную службу по закону «О воинской обязанности и военной службе»?

24. В каком возрасте граждане РФ подлежат призыву на военную службу? Каковы сроки службы по призыву?

25. Каков порядок поступления на военную службу в добровольном порядке (по контракту)?

26. Какие военно-учётные специальности (ВУС) являются родственными профессии «Повар, кондитер»?

27. Где и как могут быть применены профессиональные знания повара-кондитера при исполнении обязанностей военной службы?

28. Перечислите основные общевоинские уставы Вооружённых Сил РФ.

29. Каковы права и обязанности военнослужащего срочной службы?

30. Что такое терроризм? Какие виды терроризма существуют (международный, внутренний)?

31. Назовите террористические организации, запрещённые на территории РФ.

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2026
----------------------------	---------------------------------	------------------------------

32. Почему терроризм рассматривается как серьёзная угроза национальной безопасности России?

33. Какова роль Вооружённых Сил РФ в борьбе с терроризмом?

34. Каковы действия военнослужащего при совершении террористического акта или захвате заложников?

35. Что входит в обязанности граждан по противодействию терроризму в быту и на рабочем месте.

2. Вопросы и задания для итогового контроля

Теоретические вопросы

1. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Меры, принимаемые по защите населения от их последствий.

2. Организация оповещения и информирования населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях.

3. Необходимые знания, умения и навыки, повышающие безопасность человека при автономном существовании в природных условиях.

4. Защитные сооружения гражданской обороны, их предназначение. Правила поведения в защитных сооружениях.

5. История создания гражданской обороны, ее предназначение и основные задачи по защите населения.

6. Современные средства поражения, их краткая характеристика, поражающие факторы.

7. Средства индивидуальной защиты населения, их предназначение.

8. Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций.

9. Правила поведения человека в повседневной жизни, помогающие ему избежать криминальных ситуаций.

10. Основные понятия здоровья человека. Здоровье и благополучие человека.

11. Основы здорового образа жизни.

12. Здоровый образ жизни как система индивидуального поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья.

13. Основные элементы жизнедеятельности человека. Значение режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его духовных и физических качеств.

14. Двигательная активность и ее значение для здоровья человека.

15. Инфекции, передаваемые половым путем, причины, способствующие заражению, меры профилактики.

16. ВИЧ-инфекция и СПИД, основные понятия, способы распространения, меры профилактики ВИЧ-инфекции.

17. Наркомания и токсикомания, основные понятия. Последствия употребления наркотиков для здоровья человека. Меры профилактики наркозависимости.

18. Курение и его влияние на здоровье человека. Табачный дым, его составные части, влияние табачного дыма на окружающих (пассивное курение).

19. Наиболее распространенные инфекционные болезни, причины их возникновения, меры профилактики инфекций.

20. Закаливание организма, его значение для укрепления здоровья человека. Использование факторов окружающей природной среды для закаливания

21. Связь образа жизни с профилактикой заболеваний. Значение соблюдения правил личной и общественной гигиены для здоровья человека.

22. Брак и семья, основные понятия. Условия и порядок заключения брака.

23. История создания Вооруженных сил РФ, ее связь с историей и становлением Российского государства.

24. Семейное законодательство Российской Федерации. Личные права и обязанности супругов.

25. Организационная структура Вооруженных сил РФ. Виды Вооруженных Сил, рода войск.

26. Роль и место Вооруженных Сил РФ в системе обеспечения национальной безопасности страны.

27. Какие качества российского гражданина характеризуют его как защитника Отечества.

28. Семья в современном обществе. Функции семьи. Влияние семейных отношений на здоровье человека.

29. Дни воинской славы (победные дни) России - память поколений о ратных подвигах защитников Отечества.

30. Какое значение имеет дружба и войсковое товарищество для боевой готовности и боеспособности подразделений Вооруженных Сил РФ.

31. История государственных наград за военные отличия в России. Ордена Российской Федерации.

32. Статус военнослужащего, его права и свободы.

33. Конституция РФ и другие законы, определяющие правовую основу военной службы.

34. Военная служба по призыву и ее особенности.

35. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на их воинский учет.

36. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.

37. Обязательная подготовка граждан к военной службе, основное ее содержание и предназначение.

38. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету.

39. Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета.

40. Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил РФ. Военная форма одежды.

41. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.

42. Организация призыва на военную службу. Основания и порядок предоставления отсрочки и освобождения от воинской службы.

43. Военная присяга – основной закон воинской жизни. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге.

44. Военные аспекты международного гуманитарного права.

45. Общевоинские уставы Вооруженных сил РФ – закон воинской жизни.

46. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву.

47. Основные виды воинской деятельности.

48. Общие требования воинской деятельности к уровню подготовки призывников.

49. Воинская дисциплина и ее значение в современных условиях.

50. Основные положения по приему гражданской молодежи в военные образовательные учреждения профессионального образования.

Практические задания

Задание 1. Вы смотрите телевизор, вдруг пропало изображение, слышно сильное гудение, ощущается запах гари. Ваши действия.

Задание 2. Загорелся телевизор. Ваши действия.

Задание 3. В вашей квартире начался пожар. Ваши действия.

Задание 4. Вы зашли в подъезд дома. В подъезде ощущается сильный запах дыма. Ваши действия.

Задание 5. По возвращении домой вы обнаружили, что дверь вашей квартиры взломана или открыта. Ваши действия.

Задание 6. Вы открываете дверь квартиры, а в вашей квартире посторонние. Ваши действия.

Задание 7. Звонок в вашу квартиру. Ваши действия.

Задание 8. Вы слышите шум, крики о помощи в подъезде вашего дома. Ваши действия.

Задание 9. На вас напали в лифте. Ваши действия.

Задание 10. Вас пригласили в гости. Какие меры предосторожности необходимо принять.

Задание 11. В вашей квартире ощущается сильный запах газа. Ваши действия.

Задание 12. Сильный запах газа в подъезде. Ваши действия.

Задание 13. Вы, находясь дома, услышали звук сирены и прерывистые гудки. Ваши действия.

Задание 14. Вас в здании застало землетрясение. Ваши действия.

Задание 15. вы получили сигнал об угрозе затопления или наводнения. Ваши действия.

Задание 16. произошел взрыв на атомной электростанции (АЭС), возникла угроза радиоактивного заражения. Ваши действия.

Задание 17. в вашем районе проживания произошел выброс ядовитых веществ. Ваши действия.

Задание 18. Вы попали в железнодорожную катастрофу. Ваши действия с целью уменьшения факторов риска для жизни и здоровья.

Задание 19. Вы собираетесь в лес на прогулку. Какие меры предосторожности вы примете.

Задание 20. Вы заблудились в лесу. Ваши действия.

Задание 21. На вас напала собака. Ваши действия.

Задание 22. Вы решили искупаться в необорудованном водоеме. Меры предосторожности, которые необходимо принять.

Задание 23. Вы случайно оказались в толпе. Ваши действия.

Задание 24. Вам необходимо пересечь водоем по льду. Ваши действия.

Задание 25. Вы находитесь у водоема, видите, что тонет человек. Ваши действия.