

**Вопросы к дифференцированному зачету по
ОУД.08 Основы безопасности жизнедеятельности.
Специальность 34.02.01 Сестринское дело, курс 1, семестр 2.**

1. Повышение личной безопасности. Формирование умений управлять собой.
2. Самоубеждение, самовнушение, их значение для повышения личной безопасности.
3. Самовоспитание физических качеств (выносливость, сила воли, скоростные качества, развитие ловкости, личная гигиена, закаливание организма, основы самоконтроля).
4. Основы самозащиты. Необходимая самооборона, психологическая защита.
5. Безопасность населения в чрезвычайных ситуациях.
6. Классификация чрезвычайных ситуаций.
7. Основные виды последствий чрезвычайных ситуаций.
8. Виды чрезвычайных ситуаций природного характера.
9. Виды чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
10. Виды чрезвычайных ситуаций военного характера.
11. Понятие терроризм и террор. Формы терроризма.
12. Самооборона и ее пределы.
13. Пожары и взрывы. Виды пожаров. Температура среды. Токсичные продукты горения. Потеря видимости вследствие задымления. Пониженная концентрация кислорода.
14. Пожар в жилище. Правила поведения и действия при пожаре.
15. Предупреждение и ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций.
16. Единая Государственная система предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
17. Место и задачи гражданской обороны в Российской Федерации.
18. Организация и ведение гражданской обороны.
19. Средства индивидуальной защиты населения.
20. Средства защиты органов дыхания.
21. Средства защиты кожи.
22. Медицинские средства индивидуальной защиты.
23. Эвакуация населения. Обязанности эвакуируемых, их экипировка.
24. Правила поведения на сборных эвакуационных пунктах и в пути следования.
25. Аварийно-спасательные работы в зонах чрезвычайных ситуаций.
26. Приемы и способы выполнения спасательных работ. Меры безопасности при работе.
27. Обеззараживание и санитарная обработка.
28. Определение понятий дезактивация, дегазация, дезинфекция.
29. Порядок оповещения населения об угрозе чрезвычайных ситуаций.
30. Действия при угрозе нападения. Действия по сигналам оповещения.
31. Здоровье человека и способы его сохранения.
32. Факторы риска заболеваний. Определение понятия здоровья.
33. Правильный образ жизни – залог здоровья человека.

34. Причины нарушения здоровья человека и факторы риска.
35. Табакокурение и его последствия. Табачная зависимость.
36. Алкоголь – его влияние на здоровье подростков. Алкогольная зависимость.
37. Летучие отравляющие вещества. Их влияние на здоровье. Наркомания и токсикомания. Химическая безопасность.
38. Избыточный вес. Ожирение. Гиподинамия. Их влияние на здоровье человека. Рациональное питание.
39. Факторы, формирующие здоровье. Сон – его влияние на работу организма. Определение понятия сон.
40. Активный образ жизни. Занятия спортом.
41. Гармоническое развитие человеческой личности.
42. Экстремальные ситуации и безопасность человека.
43. Безопасное поведение в быту (пожар, воздействия электрического тока, отравления, взрывы, затопления помещений водой, случайные падения).
44. Электробезопасность в помещениях. Определение понятия электробезопасность.
45. Предотвращение электротравматизма.
46. Первая помощь при электротравме.
47. Первая помощь при отравлениях токсичными (ядовитыми) веществами.
48. Правила использования препаратов бытовой химии.
49. Правила пользования газовыми плитами.
50. Безопасность при дорожно-транспортных происшествиях. Транспортная авария.
51. Безопасность на транспорте. Городской транспорт. Воздушный транспорт. Железнодорожный транспорт. Водный транспорт. Виды судовых спасательных средств.
52. Безопасность в криминогенных ситуациях. Как обеспечить свою безопасность в квартире.
53. Безопасность на улице, в городском транспорте и поезде.
54. Безопасность в местах массового скопления людей. Безопасность в толпе. Как предупредить преступление.
55. Факторы выживания. Ориентирование.
56. Как организовать ночлег, добыть огонь, пищу и воду.
57. Профилактика и лечение заболеваний на природе.
58. Как подать сигнал бедствия.
59. Военная служба. Содержание и структура воинской деятельности. Опасности военной службы.
60. Вооруженные силы Российской Федерации. Прохождение альтернативной службы.