Школьная олимпиада

по ОБЖ

«Безопасность и здоровый

образ жизни»

**8-11 классы**

Дата проведения: 1- 13 февраля 2023 г.

***Дорогие участники олимпиады!***

Выполненные работы необходимо отправить на электронную почту [**akh84@yandex.ru**](mailto:akh84@yandex.ru)до 13 февраля 2023 года (включительно).

Документ (изображения) с ответами необходимо назвать: **«Фамилия Имя класс Школьная олимпиада по ОБЖ».**

# Образец имени файла: Иванов Иван Школьная олимпиада по ОБЖ.doc

В предложенных вопросах выберите правильный вариант ответа и запишите его в Бланк ответов. За один правильный ответ начисляется один балл. В некоторых вопросах может быть **несколько** правильных ответов (внимательно читайте задания). За них начисляется несколько баллов соответственно.

# Часть 1. Опасные и чрезвычайные ситуации мирного и военного времени.

1. **Территорию, на которой сложилась чрезвычайная ситуация, называют:**

а) областью чрезвычайной ситуации;

б) зоной чрезвычайной ситуации;

в) районом чрезвычайной ситуации.

# Выберете только те ответы, которые содержат только поражающие факторы наводнения:

а) ударная волна, холодная вода, обморожения, электромагнитный импульс, плывущие в воде предметы;

б) радиоактивное загрязнение, поражение электрическим током, инфекционные заболевания, низкая температура воды,

в) низкая температура и стремительный поток воды, высокие волны, водовороты, плывущие в воде предметы.

# При аварии на химически опасном объекте произошла утечка хлора. Ваш район попадает в зону химического загрязнения. Вы живете на первом этаже девятиэтажного дома и не можете покинуть свою квартиру. Ваши действия:

а) закрою плотно все двери, окна, вентиляционные отверстия. Уплотню все щели оконных рам, дымохода и т.д. По возможности поднимусь на самый верхний этаж, позвоню по телефону 112, сообщу о себе и буду следовать дальнейшим инструкциям.

б) выйду на улицу, чтобы при необходимости встретить спасателей. Буду ожидать эвакуацию, по возможности подавать сигналы о своём присутствии криком, размахиванием яркой тканью или другим предметом.

в) спущусь в подвал, дверь подвала плотно закрою за собой. Пользоваться

электричеством или открытым огнём не буду, чтобы не спровоцировать пожар или даже взрыв.

# При угрозе катастрофического затопления территории (например, при разрушении плотины) необходимо:

а) спуститься в подвал, взяв с собой запас еды и воды на три дня и

необходимые лекарственные средства. Вход в подвал нужно тщательно загерметизировать;

б) покинуть зону затопления в соответствии с рекомендациями МЧС, а при

невозможности – занять верхние этажи прочных зданий или вершины холмов и других возвышенностей;

в) оставаться в доме, сохраняя хладнокровие, выключив при этом средства массовой информации для предотвращения распространения паники среди членов семьи.

# Этот вид лесного пожара один из наиболее опасных из-за скорости его распространения. Она может варьироваться от 300 до 1500 метров в час, иногда доходя до 5000 метров в час.

а) торфяной;

б) низовой;

в) верховой.

# Если вы находитесь в лесу во время лесного пожара, необходимо:

а) двигаться против ветра, перпендикулярно линии огня;

б) двигаться против ветра навстречу линии огня;

в) двигаться по ветру, в направлении движения линии огня (как бы убегая от линии огня).

# Часть 2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.

1. **Гражданская оборона предназначена для защиты от опасностей, возникающих:**

а) во время гражданской войны;

б) при ведении военных действий и вследствие этих действий;

в) при совершении преступлений в отношении гражданских лиц.

1. **Для чего изначально создавалась гражданская оборона *(в первой половине 20 века)*?**

а) для защиты населения и территорий от ударов с воздуха;

б) для борьбы с терроризмом

в) для защиты от ЧС техногенного характера

# Какой первоначально была аббревиатура гражданской обороны?

а) МЧС

б) РСЧС

в) МПВО

# Установите соответствие между понятием и определением:

|  |  |
| --- | --- |
| * 1. удаление радиоактивных веществ с поверхности чего-либо;   2. организованное перемещение людей, материальных и культурных ценностей в безопасные места;   3. уничтожение или нейтрализация отравляющих веществ или удаление их с зараженной поверхности, местности, сооружений, одежды и т. д. | А) эвакуация;Б) дезактивация;В) дегазация. |

**Ответ:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** |
|  |  |  |

# Вы услышали прерывистое завывание сирены – сигнал «Внимание – всем!» Ваши действия:

а) наденете средства защиты и покинете помещение;

б) включите радио или ТВ и будете слушать информацию органов управления ГО и ЧС;

в) быстро направитесь в убежище.

# Часть 3. Безопасность в повседневной жизни.

1. **Как необходимо поступить, если с вами в подъезд зашёл незнакомец? Выбери правильные варианты:**

а) не показывая своих опасений, подняться с ним на свой этаж, достать ключи и открыть дверь, чтобы незнакомец ничего не заподозрил;

б) сделав вид, что что-то забыли, выйти из подъезда и подождать, когда он тоже выйдет, или зайти в подъезд с тем, кого хорошо знаешь (хорошо знакомые вашей семье соседи или член вашей семьи);

в) если незнакомец заходит в подъезд, когда вы ещё на улице, нужно задержаться и не заходить в подъезд вместе с ним.

# Склонность становиться жертвой преступления – это:

а) пиромания;

б) виктимность;

в) экстремизм.

# При обнаружении бесхозной сумки или коробки в автобусе необходимо:

а) сообщить о находке кондуктору или водителю, выйти во время остановки из автобуса и отправиться домой, чтобы избежать неприятностей;

б) сообщить о находке кондуктору или водителю, запомнить время, место обнаружения предмета и его внешний вид, выйти во время остановки из автобуса и удалиться на безопасное расстояние;

в) постараться аккуратно раскрыть сумку и проверить содержимое, чтобы потом сообщить о нём полиции.

# Можно ли переходить через проезжую часть в месте, где нет ни перекрёстка, ни пешеходного перехода?

а) да, можно в том месте, где нет разделительной полосы, и дорога хорошо просматривается в обе стороны;

б) да, можно, очень быстро, подняв сначала левую, потом правую руки вверх и повернув ладони навстречу транспортному потоку, призывая их тем самым остановиться и пропустить вас;

в) нет, категорически нельзя, правила дорожного движения это запрещают.

# Какой сигнал подаёт жест, указанный на картинке?

а) приветствие;

б) стоп;

в) внимание, собираюсь поворачивать.

# Часть 4. Основы здорового образа жизни.

1. **Установите соответствие между питательными веществами и их значением для организма:**

|  |  |
| --- | --- |
| * 1. Белки;   2. Жиры;   3. Углеводы. | **а)** вещества, из которых главным образом состоят мышцы, волосы, ногти человека. При нехватке их в рационе, дети быстро теряют работоспособность, ухудшается развитие организма.  **б)** благодаря этим веществам происходит восполнение энергии, затрачиваемой на работу наших мышц и другие процессы в нашем организме.  **в)** вещества, которые входят в состав клеток, нервной ткани организма. Другие их важные цели – накапливать энергию и предохранять организм от переохлаждения. |

**Ответ:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** |
|  |  |  |

# Какое соотношение белков, жиров и углеводов должно быть в ежедневном рационе (Б : Ж : У)?

а) 1:1:4;

б) 4:1:3;

в) 2:1:2.

# Закаливание – это…

а) система водных тренировок, направленных на повышение выносливости во время занятий плаванием;

б) система целенаправленной тренировки, в результате которой организм приобретает способность успешно противостоять переохлаждению;

в) процедура, связанная с особым режимом водного воздействия на кожные покровы, за счёт которого повышается их прочность и устойчивость к травмам.

# Выберите список продуктов, содержащих *только* сложные углеводы:

а) пирожное, макароны, фасоль, гречневая каша, рис

б) картофель, грецкий орех, цельнозерновой хлеб, макароны из твёрдых сортов пшеницы

в) горох, свёкла, макароны из твёрдых сортов пшеницы, шоколад, курага.

# Здоровый образ жизни это:

а) образ жизни человека, одобряемый обществом, в особенности друзьями; б) образ жизни, при котором у человека наблюдается удовлетворительное самочувствие и достаточно высокий уровень работоспособности;

в) образ жизни человека, помогающий сохранить здоровье и снизить риск неинфекционных заболеваний путём контроля над поведением.

# Часть 5. Оказание первой помощи пострадавшим.

1. **Одним из первоначальных мероприятий по оказанию первой помощи является:**

а) наложение давящей повязки;

б) доставка пострадавшего в медучреждение;

в) устранение воздействия на пострадавшего поражающего фактора или иного источника опасности.

# Кровь ярко красная, алая, пульсирует или фонтанирует. Какой это вид кровотечения?

а) артериальное;

б) венозное;

в) внутренне.

# Установите последовательность порядка действий при артериальном кровотечении:

а) наложить кровоостанавливающий жгут выше раны;

б) прижать артерию к кости, чтобы остановить кровотечение (точка прижатия);

в) намотать бинт или кусок ткани на место последующего наложения жгута, если у пострадавшего там нет одежды;

г) написать на лбу пострадавшего время наложения жгута.

# Ответ:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |

# На какое время необходимо накладывать кровоостанавливающий жгут в холодное время года?

а) на 30 минут;

б) на 1 час;

в) на 1 час 30 минут.

# Асептика – это:

а) предупреждение (недопущение) попадания микроорганизмов в рану; б) уничтожение уже имеющихся в ране микроорганизмов (например, с помощью перекиси водорода 3%);

в) удаление инородного тела (например, осколка стекла) из раны.

# Пострадавший в результате уличной драки прохожий почувствовал себя плохо, его кожные покровы побледнели. Ожидая с ним скорую помощь, вы также заметили, что у него выступил пот. Вдруг он попросил вас дать ему попить воды (у него чувство жажды). Ваши действия?

а) конечно дам воды, я же не изверг какой-то;

б) воды не дам – у него может быть внутреннее кровотечение. Могу ему только губы смочить водой.

в) воду нужно дать – у него может быть внутреннее кровотечение, организм теряет воду, нужно её восполнить.

# Если в результате ДТП пешехода сбил автомобиль, и он не может встать:

а) его необходимо попробовать поднять на ноги, если не получается – перенести на ближайшую скамейку и попробовать посадить на неё;

б) его необходимо не трогать и оставить в покое до приезда скорой помощи (при отсутствии непосредственной угрозы его жизни);

в) его необходимо перекатить в сторону подальше от проезжей части и наиболее оживлённых участков тротуара, чтобы не мешал другим участникам дорожного движения.