**Контрольно-измерительный материал по ОБЖ за курс 10 класса**

**в форме тестирования**

**для проведения промежуточной аттестации**

**ООП ООО**

1 вариант

1 . К жизненно важным интересам личности не относят:

А) здоровье человека;

Б) предоставление медицинской помощи;

В) достойный уровень жизни;

Г) поход в клуб, ресторан.

2. Кто из ученых в начале 20 века создал учение о Биосфере:

А) Галилео Галилей;

Б) В. И. Вернадский;

В) Аристотель;

Г) Карл Маркс и Фридрих Энгельс.

3. Что такое урбанизация:

А) Процесс быстрого роста городов, распространения городского уклада жизни на значительную территорию.

Б) Процесс роста населения деревни, создание колхозов, совхозов и личных подсобных хозяйств.

В) Процесс переезда соотечественников из-за рубежа в города.

4. Выбрать правильное определение понятия «здоровья человека» в соответствии с рекомендациями ВОЗ (Всемирная Организация Здравоохранения):

А) спортивная фигура, здоровый цвет лица, и благодушный настрой.

Б) состояние полного физического, душевного и социального благополучия.

В) отсутствие болезней на текущий момент времени.

5. Что такое «Адаптивность»?

А) Устойчивость организма человека к резким внешним и внутренним изменениям условий жизнедеятельности;

Б) Процесс выработки гормонов в гипофизе;

В) Приспособление психики школьника к нагрузкам в период обучения в средней школе.

6. Что из перечисленного является основным законом в Российской Федерации:

А) «Биль о правах» 15 декабря 1791г;

Б) Соборное уложение 1649г;

В) Конституция РФ, принятая 12 декабря 1993г;

Г) Уголовный кодекс РФ.

7. Что из перечисленного является средством военного реагирования:

А) дипломатия;

Б) экономические и политические санкции;

В) стратегические ядерные силы.

8. к стихийным бедствиям не относят:

А) землетрясение;

Б) наводнение;

В) взрыв на фабрике;

Г) лесные пожары.

9. кто является участником дорожного движения:

А) лицо, уполномоченное на проверку документов и водительских удостоверений;

Б) лицо, участвующее в дорожном движении в качестве водителя;

В) лицо, участвующее в дорожном движении в качестве пассажира;

Г) лицо, принимающее непосредственное участие в процессе движения в качестве водителя, пешехода, пассажира транспортного средства.

10. Какой из объектов защиты самый надежный:

А) укрытие;

Б) убежище;

В) простейшие укрытия.

11. С какой целью создана единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)?

А) Для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;

Б) Для защиты границ РФ;

В) Для помощи государствам союзникам.

12. Что относится к простейшим средствам защиты органов дыхания?

 Выберите несколько из 4 вариантов ответа:

А) Ватно-марлевые повязки;

Б) Противогаз;

В) Перевязочный пакет;

Г) Противопыльные тканевые маски.

13. Что включает в себя здоровый образ жизни?

Выберите несколько из 5 вариантов ответа:

А) Наличие вредных привычек;

Б) Здоровое и сбалансированное питание;

В) Не соблюдение биологических ритмов;

Г) Регулярные физические нагрузки.

14. При переломах костей конечностей накладывается шина:

Выберите один ответ:

А) ниже области перелома;

Б) выше и ниже области перелома, так чтобы шина захватывала не менее двух ближайших суставов;

В) выше области перелома.

15. Факторы, увеличивающие риск возникновения сердечно-сосудистых заболеваний:

 Выберите несколько из 4 вариантов ответа:

А) Малоподвижный образ жизни;

Б) Психоэмоциональные стрессы;

В) Вредные привычки;

Г) Употребление достаточного количества овощей и фруктов.

16. В основе медицинской этики лежит принцип Гиппократа, какой?

А) «Не соври!»;

Б) «Не навреди!»;

В) «Не говори!»;

Г) «Не сори!».