

Шифр участника 80001

ЗАДАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
Максимальное количество баллов - 100

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ТУР
Время выполнения заданий - 45 минут
Максимальное количество баллов - 50

ЗАДАНИЯ ОТКРЫТОГО ТИПА

Дайте *полные* или *краткие ответы* на задания, *вписав их* в соответствии с требованием к их выполнению, или установите соответствие.

Задание 1. Безопасность дорожного движения.

Выполнив несложные расчёты, установите соответствие между ситуацией на дороге и её вероятным исходом. Для этого используйте справочные данные, с помощью которых вам нужно вычислить скорость, с которой произойдёт непосредственно столкновение, или водитель его избежит. *Максимальное количество баллов – 10, по 3 баллов на каждую ситуацию, если все ситуации решены - 1 балл.*

Ситуация	Решение	Вариант исхода ситуаций на дороге
Пешеход выбежал на сухую дорогу, по которой ехал автомобиль со скоростью 50 км/ч, на расстоянии 12м от автомобиля		
Велосипедист выехал на мокрую дорогу на расстоянии 75м от автомобиля, ехавшего со скоростью 60 км/ч		
Пешеход в нетрезвом виде вышел на дорогу с укатанным снегом и остановился на расстоянии 40м от автомобиля, ехавшего со скоростью 40 км/ч.		

Варианты исхода ситуаций на дороге:

- А) водитель избежит ДТП (столкновения не будет, водитель успеет затормозить)
- Б) лёгкий вред здоровью
- В) тяжкий вред здоровью, инвалидность
- Г) летальный исход (смерть пострадавшего)

Шифр участника 80001

Справочные данные.

S - расстояние, пройденное автомобилем от возникновения опасности до полной остановки.

$S = S(O) + TP$, где $S(O)$ - расстояние, пройденное автомобилем от возникновения опасности до его реакции на неё (вычисляется путём умножения времени реакции водителя на скорость автомобиля в метрах в секунду), TP - тормозной путь автомобиля.

Примерное время реакции водителя на опасность - 2 секунды.

Для того, чтобы перевести скорость в км/ч в метры в секунду, необходимо скорость в км/ч умножить на 0,27.

При прохождении половины тормозного пути скорость уменьшается в два раза, если автомобиль прошёл 2/3 пути, то в три раза и т.д.

Тормозной путь автомобиля (в метрах)

Скорость Дорожное покрытие	20 км/ч	40 км/ч	60 км/ч	80 км/ч	90 км/ч	110 км/ч
Сухая дорога	2	7,9	17,7	31,5	39,8	110,6
Влажная дорога	3,9	15,7	35,4	62,9	76,6	221,2
Укатанный снег	7,9	31,5	70,8	125,8	159,3	442,4

Наиболее вероятный исход ДТП в зависимости от скорости столкновения автомобиля с пешеходом: 20 км/ч и менее - лёгкий вред здоровью, нетяжёлые травмы; 30 - 40 км/ч - тяжкий вред здоровью; 50 км/ч - инвалидность; 60 км/ч и более - летальный исход

Оценка за задание 0 баллов

Задание 2. Основы здорового образа жизни.

Дополните таблицу таким образом, чтобы в левой колонке была указана полезная привычка, а в правой кратко описано то, чем она полезна. Дополните таблицу, кратко вписав недостающие полезные привычки или пользу от них. Максимальное количество баллов - 5

Полезная привычка	Польза, результат
Завтракать кашей	Заряжает энергией для продуктивной и эффективной работы. Надолго сохраняет чувство сытости.
Делать зарядку	Заряд бодрости на весь день
Регулярные обливания прохладной водой	
	Организм получает необходимые витамины, клетчатку, микро-и макроэлементы
Регулярные пробежки в парке или на природе	Пробежка в парке имеет гораздо большую пользу. Не только улучшает состояние организма, но и способствует снятию стресса и бодрости по истечении пробежки.

Оценка за задание 2 баллов

Шифр участника 80001

Задание 3. Оказание первой помощи. Максимальное количество баллов – 5

3.1. Во время шумных и опасных игр дома один из друзей порезался, у него пошла из руки кровь бордового цвета медленной ровной струёй. Он попросил остановить игру и помочь ему. Ещё один друг сказал, что знает, как оказать помощь при кровотечении. Но, когда он подошёл к пострадавшему, то от вида крови начал терять сознание. Определите действия для третьего друга, чтоб оказать помощь обоим ребятам, вписав краткие ответы и указав их порядок.

Вид травмы, которую получил первый пострадавший, называется _____

Вид кровотечения у первого пострадавшего называется _____

Кратковременная потеря сознания у второго пострадавшего, связанная со страхом, называется _____

3.2. Ниже перечислены действия. Укажите только те из них, которые помогут пострадавшим, и определите их порядок. **Пример записи ответа: 4, 7, 1, 3**

1. Уложить второго пострадавшего и приподнять ему ноги.
2. Опустить повреждённую конечность первого пострадавшего.
3. Наложить жгут на конечность первого пострадавшего.
4. Вызвать скорую помощь.
5. Приподнять повреждённую конечность первого пострадавшего, попросить его прижать здоровой рукой место раны.
6. Пошевелить за плечи второго пострадавшего.
7. Наложить давящую повязку первому пострадавшему.
8. Наложить второму пострадавшему мокрое полотенце на голову.
9. Обработать йодом рану и вокруг неё.

Ответ: _____

Оценка за задание 0 баллов.

Задание 4. Безопасность в быту.

Впишите недостающие краткие или полные ответы. Максимальное количество баллов – 10.

Оголённые провода представляют опасность _____ и _____

Последствия поражения электрическим током зависят от:

1. _____
2. _____
3. _____

Если вы увидели пострадавшего от прикосания к оголённому проводу, то в первую очередь необходимо прекратить воздействие электрического тока. Укажите способы, как это сделать в условиях обычной квартиры:

1. _____
2. _____
3. _____

Шифр участника 80001

Как не пострадать самому от удара током в таком случае? (полный ответ)

ни в каком случае нельзя пользоваться электрическими
приборами находясь в воде, например в ванне электрической
робот в воде смертельно опасен.

Оценка за задание 1 баллов

ИТОГО за задания открытого типа 3 баллов

ТЕСТИРОВАНИЕ

Максимальное количество баллов – 20

Из предложенных вариантов ответов выберите один правильный ответ
(за правильный по 1 баллу)

- Какие органы (системы органов) человека тренируются при закаливании?
 - опорно-двигательный аппарат;
 - органы чувств;
 - дыхательная система;
 - кровеносные сосуды;
 - нервная система.
- О каком виде двигательной деятельности идёт речь: развивает выносливость и координацию, имеет щадящее закаливающее действие воздухом, улучшает работу сердца, не оказывает ударной нагрузки на суставы?
 - лыжный спорт (лыжные гонки, лыжные прогулки);
 - плавание (в том числе и на открытой воде);
 - бег на длинные дистанции;
 - занятия в тренажёрном зале.
- Жиры существуют как полезные, так и вредные. Укажите вариант ответа, в котором ВО ВСЕХ продуктах или блюдах есть вредные жиры.
 - орехи, масло сливочное, картофельное пюре;
 - жареный арахис, маргарин, картофель фри;
 - чипсы, творог со сметаной, сыр;
 - яйца варёные, майонез, отварная куриная грудка;
 - оливковое масло, креветки, луковые кольца жареные.
- Вы используете для передвижения средство индивидуальной мобильности. Каким знакам, светофорам и разметкой, а также элементам дороги вы будете подчиняться в первую очередь?
 - всем, что предназначено для пешеходов;
 - транспортными светофорами и знаками, предназначенными для водителей мопедов и скутеров;
 - всем, что предназначено для велосипедистов;
 - участками дороги для пешеходов, а знаками - для водителей механических транспортных средств.

Шифр участника 80001

5. В каком из вариантов ответа правильно указан приоритетный порядок участков дороги, по которым может двигаться пешеход, начиная с участка, по которому пешеход должен двигаться в первую очередь?
- А) тротуар, обочина, велопешеходная дорожка, правый край проезжей части;
 - Б) пешеходная дорожка, велосипедная дорожка; обочина, правый край проезжей части;
 - В) тротуар; полоса на проезжей части, выделенная для велосипедистов, обочина;
 - Г) велопешеходная дорожка, правый край проезжей части, обочина.
6. Вы зашли в квартиру и почувствовали запах газа. Зайдя на кухню, вы увидели, что включена конфорка, но не горит, из неё выходит газ, а на полу лежит ваш родственник, у которого спутанное сознание. Какое действие будет *самым первым*?
- А) выключить конфорку или перекрыть доступ газа;
 - Б) начать разговаривать с пострадавшим, чтобы привести его в чувство;
 - В) покинуть помещение, ничего и никого не трогая;
 - Г) начать транспортировать пострадавшего в безопасное место.
7. Во время пешего похода вы увидели медведя, который роется в кустах. Правильным действием будет:
- А) идти спиной вперёд так, чтоб побыстрее уйти из поля зрения медведя;
 - Б) залезть на дерево;
 - В) побыстрее убежать в какой-то водоём;
 - Г) стоять на месте и не двигаться.
8. Какое действие необходимо выполнить *в первую очередь*, если в квартире загорелся или вызвал возгорание электроприбор?
- А) потушить плотным одеялом;
 - Б) покинуть помещение;
 - В) обесточить;
 - Г) спрятаться на балконе или в ванной.
9. Какая привычка питания крайне негативно сказывается на здоровье школьника?
- А) употребление пирожных на полдник;
 - Б) бутерброды на завтрак;
 - В) пропуск ужина;
 - Г) в течение дня осуществлять 5 и более приёмов пищи;
 - Д) пропуск завтрака.
10. Во время прохождения летней трудовой практики один из ребят почувствовал себя плохо. Жалобы: сильная головная боль в области макушки, покраснение лица, слабость, тошнота. Условия: температура воздуха +21 градус, солнечно, работа на открытом пространстве в лёгкой одежде и без головного убора. Как называется такое состояние?
- А) тепловой удар;
 - Б) отравление;
 - В) солнечный удар;
 - Г) голодный обморок.
11. Вы идёте пешком по улице. Из-за угла на вас бежит с лаем стая из трёх собак. Сумки и других предметов, которые вы можете использовать для защиты, у вас нет. Вы позвали на

Шифр участника 80001

помощь взрослых, но им ещё до вас идти около минуты. Какое действие сможет задержать собак и позволит выиграть время?

А) размахивать руками, стоя на месте;
Б) прыгать, чтоб казаться выше;
В) громко кричать, смотря собаке в глаза;
Г) подбирать камни или землю, бросать в собак, одновременно отходя спиной вперёд от них.

12. Бутерброды, как правило, не считаются здоровым питанием. Но и к вредной еде их тоже не относят. Их полезность зависит от ингредиентов. Какой из предложенных бутербродов является самым полезным?

- А) батон из муки высшего сорта, майонез, лист салата, колбаса, огурец;
Б) хлеб из муки первого сорта с отрубями и семенами подсолнечника, сметана, лист салата, яйцо, помидор, ветка петрушки;
В) жареный хлеб, сырный соус, яйцо, ветчина, оливки консервированные, зелень;
Г) хлеб из муки высшего сорта, масло сливочное, лист салата, шпроты в масле.

**Выберите несколько вариантов ответов
(за полностью правильный ответ на задание – 3 балла)**

13. Где запрещено двигаться человеку на моноколесе?

- А) по правому краю проезжей части, обозначенной знаком “Дорога для автомобилей”;
Б) тротуар;
В) на любом элементе дороги со знаком “Движение велосипедов запрещено”;
Г) велопешеходная дорожка;
Д) обочина;
Е) автомагистраль.

14. На ваших глазах ваш одноклассник упал на землю, выполняя трюки на турнике во дворе. После падения он оказался в положении лёжа на боку и не встаёт, но сознание не теряет. Кричит от боли. Укажите правильные действия в данной ситуации.

- А) взять за подмышки и оттащить в удобное место или с помощью других товарищей унести домой;
Б) начать с ним громко разговаривать, задавать вопросы о его состоянии;
В) перевернуть на спину;
Г) позвонить родителям одноклассника и/или вызвать скорую помощь;
Д) если боль только в области рёбер, на которые он упал, то аккуратно помочь пострадавшему сесть;
Е) если боль в области таза, то уложить пострадавшего на живот.

Выберите несколько вариантов ответов (2 балла)

15. Отметьте такие травмы или состояния, при которых мы можем помочь пострадавшему только вызовом скорой помощи и приданием оптимального положения:

- А) отравление угарным газом;
Б) острая сердечная недостаточность;
В) венозное кровотечение;
Г) перелом таза;
Д) переохлаждение;
Е) приступ эпилепсии.