

Шифр участника 173P-8-1

**ЗАДАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**  
Максимальное количество баллов - 100

**ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ТУР**  
Время выполнения заданий – 45 минут  
Максимальное количество баллов – 50 баллов

**Задания открытого типа**  
Максимальное количество баллов - 30

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

**Задание 1. Безопасность дорожного движения (8 баллов).**

Дополните таблицу «Элементы дороги и возможные действия на них», вписав в пустые ячейки ответы. Если участнику дорожного движения запрещены какие-либо действия на данном элементе дороги, то пишите «движение запрещено».

Элемент дороги	Водитель механических транспортных средств	Пешеход	Водитель, использующий средство индивидуальной мобильности
<i>Зебра</i>	Может двигаться, подчиняясь сигналам светофора, регулировщика, дорожных знаков и разметки	Может пересечь в установленном месте или следовать по правому краю навстречу движению	<i>Движение регулируется светофором</i> —
<i>Обочина</i>	<i>Движение запрещено, кроме специальных случаев, обозначенных ПДД</i>	<i>Движение разрешено при отсутствии тротуара</i>	Разрешается движение +
<i>Тротуар</i>	<i>Движение запрещено, кроме специальных случаев</i>	Разрешается движение в любом направлении	<i>Движение запрещено</i> —

Шифр участника ОБЗР-8-1

	Движение невозможно		Необходимо спешиться  —
--	---------------------	--	-------------------------------

Оценка за задание 1 баллов

**Задание 2. Оказание первой помощи (9 баллов).**

Вы с друзьями катались на велотреке, пытались выполнить различные трюки. Вдруг ваш товарищ Д. сильно упал на спину. Стал кричать от боли. Жалуется на сильную боль в спине и потерю чувствительности ног. В сознании, лежит на спине на асфальте. Определите действия для друзей, чтоб оказать помощь Д.

**2.1. Ответьте на вопросы.**

1. Какую часть тела вероятнее всего повредил Д.?

Ответ: позвоночник

2. Оптимальное положение для такого пострадавшего это:

Ответ: следует отложить в том положении, в котором он бо

3. При необходимости вызвать скорую помощь, первой вашей фразой диспетчеру будет...

Ответ: Здравствуйте, здесь у человека возможно повреждение

4. Какую фразу от диспетчера необходимо дождаться, чтоб точно знать, что на ваш вызов приедет бригада медиков?

Ответ: Ваш вызов принят, бригада скорой помощи скоро приедет...

**2.2. Укажите верные и неверные суждения.** В ответе укажите только номера верных утверждений.

1. Нужно обязательно оградить место происшествия подручными средствами, чтоб никто из занимающихся на треке не наехал на пострадавшего.
2. Самостоятельно оттащить пострадавшего от трека путём волочения, подхватив за подмышечные впадины.
3. Отнести с ребятами пострадавшего, подняв за руки и за ноги, уложить его на скамейку на живот, а на спину приложить холод.
4. Чтобы предпринимать какие-то действия, нужно сначала подойти к пострадавшему и спросить, что с ним, выяснить как можно больше о его состоянии.
5. Если на улице прохладно, то укрыть его подручными средствами.

Шифр участника 053P-8-1

6. Вызвать скорую помощь в данной конкретной ситуации необходимо в первую очередь, остальные действия допускаются только после вызова экстренной службы.

7. Спросить у пострадавшего, может ли он встать, и если он потихоньку встает сам, то помочь ему.

8. Перевернуть пострадавшего на бок.

9. То положение, в котором пострадавший лежит по условию задачи, для него - оптимальное.

Ответ: 1, 4, 5, 6, 9  
+ + + +

Оценка за задание 6 баллов.

**Задание 3. Основы здорового образа жизни (8 баллов).**

Соотнесите вид двигательной деятельности для самостоятельных занятий физическими упражнениями с его достоинствами и недостатками.

*Примечание:* одна позиция в достоинствах и недостатках может соответствовать нескольким видам двигательной деятельности. У вида деятельности может быть как одно достоинство/недостаток, так и несколько. Пример записи ответа: 1, аб, fgh

**Виды двигательной деятельности:**

1. Длительный бег в умеренном темпе.
2. Ходьба: обычная или северная.
3. Занятия в тренажёрном зале (самостоятельно или с тренером).
4. Плавание в бассейне.

**Достоинства:**

- а) этот вид доступен всем по состоянию здоровья;
- б) мощный оздоровительный эффект, особенно для сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем, опорно-двигательного аппарата;
- в) не требует специальной экипировки и места занятий: можно заниматься практически где угодно;
- г) щадящая нагрузка на суставы;
- д) идеальный вариант для построения тела (набор мышечной массы, рельефа и/или похудение);
- е) мощный закаливающий эффект.

**Недостатки:**

- А) есть противопоказания, особенно для людей с болезнями суставов, с некоторыми болезнями сердца и сосудов;
- Б) есть противопоказания для людей с болезнями ЛОР-органов и кожи;
- В) низкий тренировочный эффект, особенно для тренированных людей;

Шифр участника 083P-8-1

I.) требует специальных помещений для занятий, иногда дорого и может не быть в зонах шаговой доступности;

N) имеется риск получения травмы

Ответы:

1.	2.	3.	4.
<del>а) да</del> / N	<del>а) да</del> N	<del>а) да</del> / N	<del>а) да</del> N

Оценка за задание 0 баллов

**Задание 4. Безопасность в информационной среде (5 баллов).**

Дайте краткие или полные ответы на вопросы и ситуации.

1. Вы получили сообщение в социальной сети с предложением подписаться на игру. Для этого нужно пройти по ссылке. Чем это опасно, и что в этом случае нужно делать?

Ответ: Это могут быть мошенники. Опасность  
попасть личные данные. Нужно не переходить по ссылке,  
заблокировать отправителя и пожаловаться на нежелательное  
сообщение. +

2. Вы получили сообщение о крупном выигрыше, хотя в розыгрыше не участвовали. Для того, чтоб его получить нужно оплатить налоговый сбор в размере 13 процентов от выигрыша. Даны реквизиты для перевода. Ваши действия. Ответ обоснуйте.

Ответ: Не переводить деньги и не сообщать личные  
данные. Это мошенничество. Какое-либо выигрыши не пре-  
буют. Предоставить информацию. +

3. В 2010 году был принят закон «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию». Что вы о нём знаете? Напишите кратко основные положения этого закона.

Ответ: Закон регулирует распространение информации  
или которой может навредить детям. Он делит  
возрастную маркировку (0+, 6+, 12+ и т.д.) +

4. Болезненная, неконтролируемая потребность в видеоиграх на компьютере или многочасовом общении в Интернете в ущерб всем остальным занятиям называется...

Ответ: Интернет-зависимость -

Шифр участника

063P-8-1

5. Закутывание, оскорбление, травля с использованием мобильного телефона, электронной почты, соцсетей и др., из-за чего возникает состояние тревоги, страха, паники у тех, кто подвергся подобной атаке, называется ...

Ответ: Кибернет-травля или буллинг

Оценка за задание

3

баллов

### Тестирование (20 баллов)

Задания закрытого типа. Внесите в таблицу выбранный вариант ответа.

*С одним вариантом ответа.*

1. Какие из перечисленных показателей здоровья относятся к субъективным?

- А) артериальное давление и частота сердечных сокращений;
- Б) самочувствие, настроение, внешний вид;
- В) объём лёгких, росто-весовые показатели (индекс массы тела);
- Г) гемоглобин в крови, СОЭ, глюкоза крови;
- Д) данные ЭКГ и УЗИ.

2. Какое утверждение, касающееся влияния двигательной активности на здоровье, верно?

- А) длительный бег развивает скоростные способности;
- Б) понятия «разминка» и «утренняя зарядка» идентичны и проводятся с одной и той же целью;
- В) для развития координации из всех видов двигательной деятельности наиболее эффективны занятия на тренажёрах;
- Г) ходьба не имеет постоянных медицинских противопоказаний, но для физически подготовленных людей недостаточно эффективна.

3. Если на этикетке продукта в составе указаны добавки с индексом «Е», то такой продукт считается вредным. Но среди антиокислителей, консервантов и красителей есть и полезные. В каком варианте ответа указаны только полезные добавки?

- А) E102, E227;
- Б) E173, E222;
- В) E300, E101;
- Г) E180, E513.

4. Какая из перечисленных ручных гранат более известна как «лимонка» или «ананас»?

- А) Ф1;
- Б) РГД-5;
- В) РГН;
- Г) РГО.



Шифр участника 053P-8-1

Д) подбежать и незамедлительно приступить к сердечно-лёгочной реанимации.

11. Вы возвращаетесь домой с занятий и видите недалеко от вашего дома на пути вашего следования стоит компания ребят, на вид старше вас. Они ведут себя вызывающе, распивают спиртные напитки, употребляют ненормативную лексику. Ваши действия:

А) спокойно пройду мимо них, не привлекая внимание;  
Б) сделаю им замечание, скажу, что они нарушают закон и вежливо попрошу их вести себя скромнее;

В) буду звать на помощь, кричать;

Г) обойду дом с другой стороны и зайду так, чтоб не быть в поле их зрения.

12. Что категорически запрещено делать при запахе газа в квартире?

А) проверять наличие утечки при помощи зажигалки или спичек;

Б) открывать окна и двери, делать сквозняк;

В) выходить из помещения;

Г) вызывать экстренные службы;

Д) передвигаться ползком.

Ответ:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Б	Г	В	А	Г	А	Г	А	В	В	Г	А

+ + + + - + + - + + + +

Выберите несколько вариантов ответов.

13. Укажите правильные суждения, касающиеся криминогенной безопасности детей и подростков:

А) если вы в незнакомом районе разминувшись с родными и потерялись, а телефон разрядился, то нужно остановиться, оглядеться, окликнуть своих родных;

Б) если на зов о помощи вам откликнулся кто-то из прохожих, то спросить, хорошо ли он знает эту местность, и если да, то пойти с ним;

В) ни в коем случае не просить о помощи, привлекая тем самым внимание злоумышленников;

Г) наиболее эффективное средство защитить себя на улице - это перцовый баллончик;

Д) любая просьба от чужого взрослого - тревожный сигнал.

14. Восьмиклассница Н. прочитала в интернете о пользе для красоты и здоровья некоего препарата, который втирается в кожу. В названии средства указано, что это кислота. Она нашла такой препарат в аптечке у себя дома. После втирания через 20 минут почувствовала тошноту, головокружение, зуд. Какие действия ей нужно предпринять, чтоб оказать себе помощь?

Шифр участника 063P-8-1

- А) полить место втирания лимонным соком;
- Б) вылить большое количество воды;
- В) промыть место втирания большим количеством воды;
- Г) позвонить родителям и/или вызвать скорую помощь;
- Д) подержать место втирания на солнце;
- Е) если есть в холодильнике овощной салат с зеленью, то попробовать поесть его;
- Ж) вызвать рвоту.

15. Какие из перечисленных транспортных средств являются **Немеханическими**?

- А) велосипед;
- Б) мопед;
- В) трактор;
- Г) гужевой транспорт;
- Д) мотоцикл;
- Е) автомобиль легкой;
- Ж) средства индивидуальной мобильности.

Ответ:

| 13      | 14   | 15   |
|---------|------|------|
| A; B; V | Г; Д | A; Г |

Итого за тестирование 40 баллов

ИТОГО за ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ тур 20 баллов

Шифр участника \_\_\_\_\_

**ЗАДАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
ПРАКТИЧЕСКИЙ ТУР**  
Максимальное количество баллов – 50

**Задание 1. Оказание первой помощи**  
Максимальное количество баллов – 20

Оценка за задание 14 баллов

Подпись члена жюри 

**Задание 2. Безопасность дорожного движения**  
Максимальное количество баллов - 20

Оценка за задание 18 баллов

Подпись члена жюри 

**Задание 3. Спасательные навыки**  
Максимальное количество баллов – 10

Оценка за задание 8 баллов

Подпись члена жюри 

**ИТОГО за практический тур** 40 баллов

**ИТОГОВОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ** 60

Подписи членов жюри

 