**Тестирование по ОБЖ 5 — 9 класс**

**Тестирование по ОБЖ 5 класс**

**Часть А.**

**При выполнении заданий части (А1 – А15) из трёх предложенных Вам вариантов выберите верный.**

**1. Какие службы входят в систему обеспечения безопасности города**

а) полиция, служба городского пассажирского транспорта, служба газа;
б) скорая помощь, служба спасения, полиция;

в) пожарная охрана, служба связи, городская справочная служба.

**2. Затопление в жилище может произойти в результате:**

а) сквозных трещин в перегородках;
б) неисправности запорных устройств (кранов);

в) неисправности электропроводки и освещения.

**3. Вы пришли домой, поставили полный чайник на газовую плиту и, закрыв дверь на кухню, пошли смотреть телевизор. Вдруг почувствовали запах газа. На улице сумерки. Какова очередность ваших дальнейших действий:**

а) включить свет и посмотреть, в чем причина утечки газа, открыть окно, пойти к соседям и позвонить в аварийную службу;

б) зайти на кухню, перекрыть газовый кран, открыть окно, плотно закрыть дверь в кухню, пойти к соседям и позвонить в аварийную службу;

в) выключить телевизор, перекрыть газовый кран, открыть окно, плотно закрыть дверь в кухню.

**4. При ушибе ноги вы?**

а) приложите холод к месту ушиба;

б) намажете место ушиба йодом;

в) вызовите скорую помощь.

**5. Какова правильная последовательность действий при пожаре:**

а)немедленно покинуть помещение, плотно закрыв за собой дверь, позвать на помощь взрослых, если их нет, то позвонить в пожарную охрану и сообщить о пожаре;

б) попытаться потушить огонь, используя первичные средства пожаротушения, открыть окно для удаления дыма, позвонить в пожарную охрану и сообщить о пожаре;

в) позвонить на работу родителям и сообщить о пожаре, попытаться потушить огонь, используя первичные средства пожаротушения.

**6. Зонами опасности в метро являются:**

а) вагон поезда, эскалатор, переходы с одной станции на другую;

б) турникеты на входе, эскалатор, перрон, вагон поезда;

в) вход и выход в (из) метро, площадка перед эскалатором.

**7. При движении в вашем вагоне поезда появился сильный запах гари и дыма. Как вы будете действовать:**

а) пойдете по соседним купе и будете сообщать о случившемся пассажирам;

б) сообщите проводнику, соберете вещи и перейдете в другой вагон;

в) сообщите проводнику, соберете вещи и будете ждать в купе указаний.

**8. Вы заходите в свой подъезд, слышите громкие крики, смех, шум и понимаете, что этажом выше на лестничной клетке находится пьяная компания. Как вы поступите:**

а) будете спокойно подниматься домой;

б) будете дожидаться взрослого знакомого человека, входящего в подъезд, и попросите проводить вас до квартиры;

в) будете ждать, пока они уйдут.

**9. Вы пришли домой и заметили, что в квартире кто-то побывал (распахнута дверь, выбито окно и т. п.). Ваши действия:**

а) войдете в квартиру и сразу сообщите в полицию по телефону 02;

б) войдете квартиру, осмотрите ее, установите, какие вещи исчезли, и сообщите об этом в полицию;

в) не будете входить в квартиру, а вызовете полицию по телефону от соседей.

**10. Укажите, какие данные и в какой последовательности необходимо назвать при вызове по телефону службы безопасности:**

а) номер телефона и адрес;

б) причину вызова, свои имя и фамилию, номер телефона и адрес;

в) адрес местожительства и номера рядом расположенных домов.

**11. В Нужно покидать здание (квартиру) после взрыва:**

а) если не разрушена лестничная клетка;

б) в любом случае;

в) если существует угроза обрушения конструкции здания.

**12. По дороге из школы домой к вам подходит незнакомец и предлагает подвезти до дома. Как вы поступите:**

а) скажете, что сейчас не можете, но с удовольствием покатаетесь в следующий раз и попросите позвонить вам по домашнему телефону, чтобы договориться о времени и месте встречи;

б) скажете: "Нет. Я не поеду" - и отойдете или перейдете на другую сторону дороги;

в) согласитесь покататься только 10-15 минут при условии, что он потом проводит вас домой.

**13. Молодой человек интеллигентного вида подходит к вам и говорит, что является знакомым родителей и просит впустить его в квартиру, чтобы там подождать папу или маму и сделать им сюрприз. Ваши действия:**

а) спросите у незнакомца более подробные сведения о родителях (например, откуда он их знает), после чего впустите в квартиру;

б) спросите у незнакомца фамилию, имя, отчество папы и мамы, где они работают и, получив правильный ответ, впустите его в квартиру;

в) не впустите незнакомца в квартиру ни при каких обстоятельствах.

**14. Где осуществляется передвижение пешеходов:**

а)  по центру дороги;                                      б) по проезжей части;

в) по тротуару или пешеходной дорожке.

**15.   Управлять велосипедом при движении по дорогам Правилами дорожного движения разрешается лицам:**

 а)   с  16 лет;б)   с  10 лет;                           в)   с  14 лет.

**Часть В.**

**При выполнении заданий части (В 1 – В 2) выберите несколько правильных ответов.**

**В1.** Если вас захватили в заложники, то вы:

а) будете громко звать на помощь; г) будете стараться самостоятельно уйти от террористов;

б) постараетесь соблюдать спокойствие; д) будете смотреть им в глаза, задавать вопросы.

в) будете выполнять требования террористов;

**В2.** Составляющие здорового образа жизни:

А ) режим дня;

г) закаливание;

б) двигательная активность;д) рациональное питание

в) вредные привычки;

**В3.**Соотнесите дорожные знаки:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Категории знаков | А. Запрещающие | Б. предупреждающие | В. Знаки приоритета | Г. Предписывающие |
| Знаки | 1https://documents.infourok.ru/29225212-67a6-4997-ab32-cbebc4e93498/0/image001.png | 2https://documents.infourok.ru/29225212-67a6-4997-ab32-cbebc4e93498/0/image002.png | 3https://documents.infourok.ru/29225212-67a6-4997-ab32-cbebc4e93498/0/image003.png | 4https://documents.infourok.ru/29225212-67a6-4997-ab32-cbebc4e93498/0/image004.png |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| А | Б | В | Г |
|   |   |   |   |

**Ответы 5 класс**

**Часть А.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| б | б | в | а | а | б | в | б | в | б | в | б | в | в | в |

**За каждый верный ответ - 1 балл**

**Часть В.**

В1. б,в

В2. а,б,г,д.

В3. 1 4 3 2

**За каждый верный ответ без ошибки – 2 балла.**

**Часть С.**

**Максимальный балл – 5 баллов.**

***Итого: 26 балла***

***0-13 – «2»***

***14-18 – «3»***

***19 – 22 – «4»***

***23 – 26 – «5»***

**Тестирование по ОБЖ 6 класс****(внеурочка)**

Все тестовые задания оцениваются в баллах одинаково:

·  Правильный ответ –**1 балла;**

·   Отсутствие ответа или неправильный ответ **– 0 баллов.**

Таким образом, при правильных ответах по всем заданиям общее количество баллов составит – 17 баллов.

Оценка «**отлично» («5»)** выставляется, если учащийся показал (представил) более **75%**

правильных ответов.  13-17 баллов.

Оценка **«хорошо» («4»)** выставляется в случае, если учащийся показал (представил)от 55 до **75%** правильных ответов и набрал 8-12 баллов.

   Оценка «**удовлетворительно» («3»)**выставляется в случае, если учащийся показал от 35 до **50%** правильных ответов и набрал **4 -7 баллов.**

   Оценка «**неудовлетворительно» («2»)** выставляется в случае, если учащийся дал менее **30%** правильных ответов и набрал**0 -3 баллов.**

1. Какие средства относят к коллективным спасательным средствам?

А. Шлюпки

Б. Спасательные жилеты

В. Надувные плоты

2. Выберите симптомы  «морской болезни»

А. Головная боль

Б. Тошнота

В. Отсутствие потовыделения

3. Приспособление человека к новым для него условиям жизни называется:

  А. Интоксикацией

Б.  Акклиматизацией

   В. Реакклиматизацией

4. Укажите примеры добровольной автономии:

А. Экскурсия в лес

Б. Человек заблудился в горах

В. Группа людей отправилась в поход

5. Что нужно сделать заранее при добровольной автономии?

А.  Подготовить снаряжение

Б.  Изучить особенности природы

В. Физически подготовиться

6. Какая цель стоит перед человеком в вынужденной автономии?

А. Исследовать территорию

Б. Выжить и выйти к людям

В. Узнать новые виды растений

7. Типы временных укрытий:

А. Завес

Б. Заслон

В. Шалаш

 8.  Трут – это….

 А. Невоспламеняющийся материал

 Б. Легко воспламеняющийся материал

  В. Дрова

9. Что нельзя во время грозы?

А. Стоять под высоким деревом

Б. Сидеть в овраге

В. Прикасаться к железным предметам.

10. Когда дикое животное не может напасть?

А. В брачный период

Б. Во время громкого разговора людей

В. Во время охоты

11. Как уберечься от укусов насекомых?

А. Не разорять их гнезда

Б. Усиленно от них отмахиваться

В. Мазаться специальными средствами

12. Основные переносчики клещевого энцефалита:

А. Таежный клещ

Б. Кошачий клещ

В. Собачий клещ

13. Когда необходимо срочно вызвать«скорую помощь»?

а) если человек без сознания

б) если у человека ушиб

в)  если у человека травма головы

14. Сколько часов в день подростку можно находитьсяперед экраном компьютера?

а) не более 1 часа

б) не более 2 часов

в) не более 3 часов

**15**Управлять велосипедом на дорогах Правилами дорожного движения, а также участвовать в туристических походах разрешается:

  А) с 12 лет

Б)   с 13 лет

В)  с 14 лет

Д)  с 15 лет

16.Крик на воде должен означать только одно :

А. Терпим бедствие

Б. Мы плывем

В.Приветствие

Г.Поздравление

17.В самолёте стюардесса объяснит вам, как пользоваться кислородной маской в случае:

А. взлёта

Б. посадки

В. разгерметизации

Г. турбулентности

Ответы

|  |  |
| --- | --- |
| 1 вариант |  |
| № вопроса | ответ |
| 1 | Аб |
| 2 | Б |
| 3 | Б |
| 4 | В |
| 5 | Аб |
| 6 | Б |
| 7 | В |
| 8 | Б |
| 9 | Ав |
| 10 | Б |
| 11 | В |
| 12 | А |
| 13 | А |
| 14 | А |
| 15 | В |
| 16 | А |
| 17 | в |

**Тестирование по ОБЖ 7 класс (внеурочка)**

За каждый правильный ответ даётся по 1 баллу, неверный ответ или его отсутствие оценивается 0 баллов. Итого за выполнение работы можно получить максимальный балл - 14 баллов.

Шкала перевода баллов в оценки

|  |  |
| --- | --- |
| оценка | количество правильно выполненных заданий |
| «5» | 14-13 |
| «4» | 12-10 |
| «3» | 9 -8 |
| «2» | 7 и ниже |

Ответы:

1в ,2в ,3в ,4в,5а,6в,7а,8в, 9г,10а ,11г ,12б ,13г ,14а.

**1.** К биологическим природным явлениям НЕ относятся:

а) лесные и торфяные пожары;

б) эпидемии;

в) цунами;

г) эпифитотии.

**2.** В зависимости от места формирования воздушных масс выделяют четыре их типа (отметьте неправильный вариант):

а) экваториальная воздушная масса;

б) тропическая воздушная масса;

в) суперколоссальная воздушная масса;

г) арктическая воздушная

**3.** Зоны сейсмической опасности (зоны, где существует опасность землетрясений) занимают следующую часть территории Российской Федерации:

а) шестую;

б) восьмую;

в) пятую;

г) шестнадцатую.

**4.** При извержении вулканов образуются продукты извержений вулканов, которые не бывают:

а) жидкими;

б) твердыми;

в) кристаллическими;

г) газообразными.

**5.** Статистика установила, что сильные, катастрофические землетрясения интенсивностью 11—12 баллов случаются:

а) 1 раз в столетие;

б) 2—3 раза в пять лет;

в) 1—2 раза в год;

г) 1 раз в четверть века

**6.**Что нельзя определить с большой точностью при прогнозировании землетрясения?

а) место (очаг);

б) время возникновения;

в) магнитуду (энергию, выделенную в результате разрыва);

г) катастрофические последствия.

**7.** Скользящее вниз смещение масс грунта под действием сил тяжести называют:

а) оползнем;

б) вулканическим извержением;

в) лавой;

г) магмой.

**8.** К искусственным причинам возникновения оползней НЕ относятся:

а) разрушение склонов при строительстве дорог;

б) вырубка лесов;

в) сейсмические толчки;

г) неразумное ведение сельского хозяйства на склонах.

**9.** Шквалистый ветер скоростью выше 30 м/с (больше 100 км/ч) и огромной разрушительной силы называется:

а) шквалом;

б) бурей;

в) торнадо;

г) ураганом.

**10.** Как называется природное явление, которое представляет собой атмосферный вихрь, возникающий в грозовом облаке и распространяющийся вниз, часто до самой поверхности Земли, в виде темного облачного рукава или xoбота в десятки и сотни метров?

а) смерчем;

б) ураганом;

в) бурей;

г) шквалом.

**11.** Как называются длинные волны катастрофического характера, возникающие главным образом в результате землетрясений на дне океана?

а) тайфуном;

б) наводнением;

в) штормом;

г) цунами.

**12.** Как называется временное затопление значительной части суши в результате подъема уровня воды в водоемах, разлива рек, озер, вызванное обильным стоком в период таяния снега или ливней?

а) приливом;

б) наводнением;

в) разливом;

г) оползнем.

**13.** В число основных отрицательных последствий пожара НЕ входит:

а) тепловое излучение;

б) высокая температура;

в) отравляющее действие продуктов горения;

г) утрата эстетически привлекательного облика горевшего здания.

**14.** Умение управлять своим поведением и поступками, находить оптимальное решение в различных экстремальных ситуациях, жить с собой в согласии может привести:

а) к выработке чувства собственного достоинства и уверенности в себе;

б) к развитию болезней сердца;

в) к нарушению работы иммунной системы организма;

г) к язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

**Тестирование по «Основам** **безопасности жизнедеятельности» 8 класс**

**Инструкция для обучающихся.**

На выполнение итоговой диагностической работы по ОБЖ в 8 классе отводится 45 минут.

Диагностическая работа состоит из трех частей, которые различаются по форме заданий, степени сложности и количеству заданий:

Часть А содержит задания с выбором ответа;

Часть В Выберите три верных ответа из шести предложенных.

Часть С . содержит ситуационные задачи

К каждому из заданий с выбором ответа Части А предлагается несколько вариантов ответов.

Один только правильный

Ответы на задания части С формулируются и записываются учащимися самостоятельно в развернутой форме

**Система оценивания выполнения заданий и контрольной работы в целом**

Каждое правильно выполненное задание Части А оценивается 1 баллом. Задание считается выполненным верно, если ученик выбрал (отметил) номер правильного ответа.

Задание считается невыполненным в следующих случаях: А) указан номер неправильного ответа;

Б) номер ответа не указан.

При выполнении заданий части В с кратким ответом выберите три верных ответа из шести предложенных.

За полный правильный ответ на каждое из заданий ставится 3 балла. Если в заданиях допущена одна ошибка, то ответ оценивается в 2 балл, если допущены 2 - 1 балл,3 ошибки ставится 0 баллов.

Правильно выполненное задание Части С оцениваются 5 баллами в зависимости от полноты и правильности ответа

**Вся работа оценивается 26 баллами**

**Часть «А»**

***1.Дайте определение понятию «потенциально опасный объект»?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

***2. Среди перечисленных ниже поражающих факторов укажите те, которые характерны для взрыва:*** а) высокая температура;

б) осколочные поля;

в) волна прорыва;

г) сильная загазованность местности

д) ударная волна ***3. Что необходимо сделать в первую очередь после оповещения о химической аварии?***

а) отключить нагревательные приборы и газ.

б) включить радиоточку или телевизор и внимательно выслушать информацию органов гражданской обороны, их указания.

в) надеть индивидуальные средства защиты или ватно-марлевые повязки.

* ***Как нужно действовать при аварии на химическом предприятии, если отсутствуют индивидуальные средства защиты, возможность укрытия и выхода из зоны аварии?***

а) включить радио, отойти от окон и дверей и загерметизировать жилище.

б) включить радио и прослушать информацию, закрыть окна и двери, входные двери завесить плотной тканью и загерметизировать жилище.

в) включить радио, перенести ценные вещи в подвал или отдельную комнату и подавать сигналы о помощи.

г) включить телевизор, сообщить родственникам, попросить их принести противогазы или респираторы.

* ***Азот — это:***

а) газ желто-зеленого цвета с резким запахом;

б) вещество зеленого цвета без запаха;

в) газ желтого цвета без запаха.

***6.Радиоактивные вещества: - это \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

***7. При движении по зараженной радиоактивными веществами местности необходимо:***

а) периодически снимать средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи и отряхивать их от пыли, двигаться по высокой траве и кустарнику, принимать пищу и пить только при ясной безветренной погоде;

б) находиться в средствах индивидуальной защиты, периодически снимать их и отряхивать их от пыли, двигаться по высокой траве и кустарнику, не принимать пищу, не пить, не курить, не поднимать пыль и не ставить вещи на землю.

в) находиться в средствах индивидуальной защиты, избегать движения по высокой траве и кустарнику, без надобности не садиться и не прикасаться к местным предметам, не принимать пищу, не пить, не курить, не поднимать пыль и не ставить вещи на землю; ***8. Авария на гидротехническом сооружении, связанная с распространением с большой скоростью воды и создающая угрозу возникновения техногенной чрезвычайной ситуации — это:*** а) затопление;

б) гидродинамическая авария;

в) зона катастрофического затопления. ***9. Какую цель преследует проведение йодной профилактики? Не допустить:***

а) возникновение лучевой болезни;

б) внутреннего облучения;

в) поражения щитовидной железы;

* ***Определите последовательность оказания первой медицинской помощи при отравлении лекарственными препаратами:***

а) дать пострадавшему выпить крепкого чая и съесть черных сухарей, или активированного угля;

б) срочно вызвать скорую помощь;

в) промыть пострадавшему желудок;

* ***Выносливость – важнейшее физическое качество человека, которое необходимо в повседневной жизни, профессиональной деятельности и при занятии спортом. Для развития выносливости наиболее полезны:*** а) силовые упражнения;

б) ходьба, бег, лыжи, плавание;

в) упражнения на растяжку мышц; ***12. Признаками отравления соединениями тяжелых металлов и мышьяка являются:*** а) рвота;

б) металлический вкус во рту;

в) понос;

г) высокая температура;

д) боли в животе и по ходу пищевода;

е) темная кайма на деснах

ж) поражение нервной системы.

* ***Как правильно оказать в домашних условиях первую медицинскую помощь при пищевом отравлении? Из предложенных вариантов выберите необходимые действия и определите их очередность:*** а) измерить пострадавшему температуру;

б) дать пострадавшему обезболивающее средство;

в) дать пострадавшему выпить крепкого чая;

г) промыть пострадавшему желудок;

д) на область желудка положить грелку;

е) направить пострадавшего в лечебное учреждение.

* ***Во время работы на приусадебном участке при внесении в почву минеральных удобрений у человека появилась боль в животе, головокружение, слабость.***

***Определите, что с ним случилось?***

***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Выберите из предложенных вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:*** а) дать теплого молока и чая;

б) вызвать рвоту;

в) дать выпить холодной воды 3-5 стаканов;

г) измерить температуру;

д) дать обезболивающие таблетки;

е) дать выпить 2-3 стакана раствора питьевой соды;

ж) вызвать «Скорую помощь».

* ***В нижеприведенном тексте определите правильные действия при промывании желудка:***

а) дать выпить пострадавшему не менее 2 стаканов холодной воды из-под крана;

б) дать выпить пострадавшему не менее 2 стаканов кипяченой воды или слабого раствора пищевой соды;

в) надавливая на область живота вызвать рвоту;

г) раздражая пальцами корень языка вызвать рвоту.

* ***Индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья— это:*** а) здоровый образ жизни;

б) мировоззрение человека, которое складывается из знаний о здоровье;

в) система жизнедеятельности человека, в которой главным составляющим является отказ от вредных привычек.

* ***Вы играли с друзьями на улице. Вдруг на заводах и предприятиях загудели гудки. В жилом районе включили сирену. Ваши действия (выберите верные из предложенных действий):***

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(направиться домой, включить радио или телевизор на местной программе, выслушать информацию и выполнить содержащиеся в ней указания, немедленно пойти домой и уточнить у родителей или соседей, что произошло в микрорайоне, городе, стране, продолжить игру, не обращая внимания на происходящее вокруг вас).

* ***Перечислите действия, которые граждане обязаны выполнить при объявлении эвакуации:***

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Часть В. Выберите три верных ответа из шести предложенных.**

* + ***Перечислите основные принципы закаливания организма:***

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

* + ***Дополните схему о разновидностях силовых качеств:***

«взрывная» сила

Силовые

кач

ества

Статическая

сила

**Часть С ситуационная задача**

**Даша и Катя провели на открытом солнце целый день. Долгое времяпрепровождение на солнце, привело к беде. Солнечному удару. Что необходимо делать? Опишите ваши действия.**

