

Вариант итоговой контрольной работы  
по основам безопасности жизнедеятельности  
за курс 8 класса

Если сумочку пытаются отнять, следует:

- бороться за собственность до последнего;
- попытайтесь удержать сумку;
- отдавать сумку не задумываясь;**
- постараться договориться с грабителем.

Открытое хищение чужого имущества – это:

- мошенничество;
- кража;
- ограбление;**
- терроризм;

Основная задача пожарной охраны:

- обучение граждан в области пожарной безопасности;
- тушение пожаров и спасение людей;**
- разработка нормативных правовых актов по пожарной безопасности;
- профилактика пожаров.

Какое средство пожаротушения не относится к первичным?:

- пожарная машина;**
- пожарный кран;
- огнетушитель;
- ящик с песком.

Для одиночных пешеходов лёд считается прочным, если его толщина не менее:

- 5 см;
- 6 см;
- 7 см;**
- 8 см.

Если человек провалился под лед, то следует:

- не пытаться выбраться своими силами, барахтаться в воде и звать на помощь;
- переплыть к месту, откуда он пришел – там лед крепкий, попытаться выбраться, не наваливаясь на лед всей массой тела, приподняться на локти и забросить на лед одну ногу, потом перекатиться и отползти в сторону, откуда пришел;**
- переплыть к месту, откуда он пришел – там лед крепкий, попытаться выбраться, наваливаясь на лед всей массой тела, потом перекатиться и отползти в сторону, откуда пришел;
- переплыть к месту, откуда он пришел – там лед крепкий, попытаться выбраться, не наваливаясь на лед всей массой тела, приподняться на локти и забросить на лед одну ногу, потом встать на ноги и бежать в сторону берега.

Подчеркните правильный ответ.

В результате плохой экологии первое место в структуре заболевания людей занимают:

- онкологические болезни
- болезни кровеносной системы**
- болезни органов пищеварения и дыхания
- душевные расстройства

Подчеркните правильный ответ.

20% различных вредных и ядовитых веществ поступают в организм человека с:

- водой
- пищей
- воздухом**

Участник дорожного движения – лицо, принимающее непосредственное участие в процессе движения в качестве:

**-водителя, пассажира и пешехода.**

- водителя и пешехода;
- пешехода и пассажира;
- пассажира и водителя.

Пешеходы, не успевшие закончить переход через проезжую часть на зеленый сигнал светофора должны:

- вернуться назад;
- продолжать движение, заканчивая свой маневр, транспортные средства обязаны их пропустить;
- остановиться на линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений;**
- остановиться в том месте, где застал их красный сигнал светофора и ждать разрешающего сигнала светофора.

Каково соотношение основных питательных веществ?

- белки – 1 часть, жиры – 1 часть, углеводы – 1 часть
- белки – 1 часть, жиры – 1 часть, углеводы – 4 части**
- белки – 1 часть, жиры – 2 части, углеводы – 4 части
- белки – 1 часть, жиры – 1 часть, углеводы – 2 части

Что такое рациональное питание?

- питание, распределенное по времени приема пищи
- питание с учетом потребностей организма**
- еда с определенным набором продуктов питания
- питание с определенным соотношением питательных веществ

Если вернувшись домой, вы замечаете, что в квартире побывал кто-то посторонний, то:

- проверите, пропало ли что-то, затем позвоните в полицию;
- не будете заходить в квартиру, а позвоните в полицию сразу;**
- позвоните в полицию, пока они будут ехать, проверите ценные вещи;
- начнете опрашивать соседей.

Если вам кажется, что вас преследуют, то:

- быстро побежите прочь;
- перейдете через дорогу и установите, проделал ли преследователь то же самое;**
- начнете громко кричать и звать на помощь;
- подойдете к преследователю с агрессивными намерениями.

При обнаружении пожара граждане обязаны немедленно:

- эвакуироваться в безопасное место;
- приступить к тушению пожара;
- уведомить пожарную охрану;**
- снять происходящее на мобильный телефон и передать впоследствии в пожарную охрану.

Передвигаться в задымленном помещении необходимо:

- по возможности, бегом;
- пригнувшись или ползком;**
- идти боком, вытянув руку вперед, на ощупь;
- не имеет значения, как передвигаться.

Действия при внезапном наводнении:

**-быстро занять ближайшее возвышенное место;**

-оставаясь на месте, подавать сигналы, позволяющие быстро вас обнаружить;

-ничего не делать, ждать помощи;

-спуститься в воду, плыть по течению, ища возможности выбраться на берег, ожидая спада воды либо помощи.

Для группы пешеходов лёд считается прочным, если его толщина не менее:

-10 см;

-11 см;

**-12 см;**

-13 см.

Подчеркните правильный ответ.

В чем не определяют предельно допустимую концентрацию вредных веществ:

-в атмосферном воздухе;

**-в продуктах питания;**

-в питьевой воде;

-в почве.

Перечислите природные загрязнения биосферы: **землетрясения, катастрофические наводнения, лесные пожары, извержения вулкана.**

Пассажир – это лицо, кроме водителя:

-находящееся в транспортном средстве (на нем);

-входит в транспортное средство (садится в него);

-выходит из транспортного средства (сходит с него);

**-находящееся в транспортном средстве (на нем), входит в транспортное средство (садится на него), выходит из транспортного средства (сходит с него).**

При движении по обочинам или краю проезжей части в темное время суток или в условиях недостаточной видимости пешеходам рекомендуется:

-двигаться быстрым шагом, внимательно осматриваясь, при приближении транспортного средства останавливаться и пропускать его, продолжая движение только после его удаления из зоны видимости;

**-иметь при себе предметы со световозвращающими элементами и обеспечивать видимость этих предметов водителями транспортных средств;**

-передвигаться медленно, внимательно осматриваясь, при приближении транспортного средства останавливаться и пропускать его, продолжая движение только после его удаления из зоны видимости;

-иметь при себе фонарик и подавать им световые сигналы приближающимся транспортным средствам.

Назовите питательные вещества, имеющие энергетическую ценность?

-белки, жиры, углеводы и минеральные соли

-вода, белки, жиры и углеводы

**-белки, жиры, углеводы**

-жиры и углеводы

Что такое здоровый образ жизни?

-перечень мероприятий, направленный на сохранение и укрепление индивидуального здоровья

-лечебно-физкультурный оздоровительный комплекс

-регулярные занятия физической культурой и спортом

**-индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья**

Жирным шрифтом выделены правильные ответы.