**Дисциплина:** Основы безопасности жизнедеятельности.

**Преподаватель:** Федоров А В Группа: М-11

дата 30.11.21

**Время выполнения** 2 часа

**Задание:**

Выполнить практическую работу №2

**Выполненное задание присылать на почту**: fedorov778899@mail.ru

**Практическое занятие № 2.**

**Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров при**

**организации дорожного движения**

**Цель:** закрепить знания безопасного поведения на дороге.

**Учебное обеспечение**:

учебное пособие «Основы безопасности жизнедеятельности Смирнова А.Т.

**ХОД ЗАНЯТИЯ**:

**Задание:**

**Изучить основные обязанности пешеходов (стр.16 – 18).**

**Изучить правила поведения пассажиров в различных видах общественного транспорта (стр.18 – 19).**

**Письменно ответить на контрольные вопросы:**

1).Назовите основные правила безопасного улицы пешеходами.

2).Назовитенаиболее безопасное место для пассажиров в общественномтранспорте.

3).Каковы основные правила высадки пассажиров из автобуса, троллейбуса, трамвая?

4).Какие вам известны правила движения велосипедистов по проезжей части?

**«Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья»**

**Выберите правильный ответ:**

**1.Как называются с точки зрения Правил дорожного движения лица,передвигающиеся в инвалидных колясках без двигателя?**

1) водитель

2) пассажир

3) пешеход

4) путешественник

1. **С какой скоростью разрешается движение транспортных средств в населенных пунктах, в жилых зонах и на дворовых территориях?**

1) в населенных пунктах не более 40 км/ч, а в жилых зонах не более 30 км/ч

2) в населенных пунктах не более 50 км/ч, а в жилых зонах не более 10 км/ч

3) в населенных пунктах не более 50 км/ч, а в жилых зонах не более 15 км/ч

4) в населенных пунктах не более 60 км/ч, а в жилых зонах не более 20 км/ч

**3. Многолетние исследования специалистов в разных странах мира показали, что здоровье человека примерно на 50% зависит от:**

1. образа жизни
2. экологических факторов
3. наследственность
4. состояния медицинского обслуживания населения
5. **Режим жизнедеятельности человека — это:**
6. установленный порядок работы, отдыха, питания и сна
7. система деятельности человека в быту и на производстве
8. индивидуальная форма существования человека в условиях среды обитания
9. соблюдение этических правил поведения в обществе и культура безопасности человека в окружающей среде
10. **Что происходит с алкоголем, попавшим в организм человека?**

1) быстро выводится вместе с мочой

2) никогда не выводится из организма

3) разлагается на вещества, полезные для функционирования кровеносных сосудов

4) растворяется в крови и разносится по всему организму, оказывая разрушительное действие на все ткани и органы

**6.Объясните пословицу: «Где пиры да чаи, там и не мочи, не ешь масляно — ослепнешь»:**

1. жирная и обильная пища приводит к преждевременному склерозу сосудов
2. излишки жиров блокируют передачу зрительных импульсов
3. употребление тонизирующих напитков приводит к язве
4. наличие большого количества жира в пище приводят к появлению кожных инфекций
5. **Какая задача семьи из перечисленных является важнейшей?**
6. поддержание здоровых морально-нравственных взаимоотношений
7. правильное создание и использование материальной базы семьи
8. постоянное повышение своего образовательного уровня
9. рождение и воспитание детей, развитие их духовных и физических качеств
10. **Заключение брака происходит по истечении определенного срока после подачи заявления в орган ЗАГС:**

1) трёх недель

2) полутора месяцев

3) двух месяцев

4) одного месяца

**9.Дайте определения понятиям:**

* **Личная гигиена**
* **Техносфера**
* **Репродуктивное здоровье**

**10.Определите, о каких веществах идёт речь в предлагаемом тексте:**

Эти вещества являются одним из основных источников энергии (окисление 1 г вещества дает 3,75 ккал). Суточная потребность организма в них составляет от **400-500г.**

1. **Продолжите фразы:**
   * Чтобы сохранить здоровье, необходимо……….
   * Курение отрицательно влияет на состояние здоровья: