



Є. О. Цуканова

Захист Вітчизни

курс навчання дівчат

Робочий зошит
із тестовими завданнями

Blank white box with horizontal lines for a name or title.

10 клас

НОВА 11-річна ШКОЛА

Є. О. Цуканова

Захист Вітчизни

курс навчання дівчат

**Робочий зошит
із тестовими завданнями**

10 клас

НОВА 11-річна
ШКОЛА

ВИДАВНИЦТВО
РАНОК

УДК 371.71
ББК 51.2Я721
Ц85

Рекомендовано для використання в навчально-виховному процесі

Цуканова Є. О.

Ц85 **Захист Вітчизни. Курс навчання дівчат. 10 клас: Робочий зошит. — Х.: Вид-во «Ранок», 2011. — 64 с.**

ISBN 978-611-540-870-2

Робочий зошит охоплює всі теми, передбачені новою програмою з предмета «Захист Вітчизни: Курс навчання дівчат» для 10 класів загальноосвітніх навчальних закладів. Кожний урок складається із завдань різних рівнів складності та проводиться наприкінці вивчення чергової теми предмета.

Зошит допоможе організувати закріплення знань учнів, надасть можливість оцінити знання учнів, формувати в них практичні вміння й навички самостійної роботи.

Зошит призначений для учнів 10 класів загальноосвітніх навчальних закладів.

УДК 371.71
ББК 51.2Я721

ISBN 978-611-540-870-2

© Є. О. Цуканова, 2010
© О. В. Зеркалій, ілюстрації, 2010
© ТОВ Видавництво «Ранок», 2011

ТЕМА. НОРМАТИВНО-ПРАВОВА БАЗА ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ

рівень

Оберіть правильну відповідь.

1. Збройні сили України забезпечують:

- a) екологічну безпеку країни;
- б) економічну безпеку країни;
- в) медичну безпеку країни;
- г) національну безпеку країни.

2. Правовою базою цивільного захисту є:

- a) Закон «Про Збройні сили України»;
- б) Закон «Про освіту»;
- в) Закон «Про Цивільну оборону України»;
- г) Гуманітарне право.

3. Захист суверенітету і територіальної цілісності України забезпечують:

- a) формування цивільної оборони;
- б) формування Червоного Хреста;
- в) соціальні організації;
- г) Збройні сили України.

4. Збройні сили України організовані та функціонують на основі:

- a) воєнної доктрини України;
- б) Декларації прав людини;
- в) Закону «Про Збройні сили України»;
- г) Закону «Про оборону України».

5. Національна безпека держави залежить від:

- а) боєздатності Збройних сил;
- б) можливості вести боротьбу з тероризмом;
- в) спроможності громадян захищати Вітчизну під час збройних конфліктів;
- г) освіти населення.

6. Державно-правовою основою військового законодавства є:

- а) Декларація прав людини;
- б) Гуманітарне право;
- в) Конституція України;
- г) Закон «Про Збройні сили України».

Номер питання	1	2	3	4	5	6
Правильна відповідь						

 **II рівень**

1. Напишіть основні завдання курсу «Захист Вітчизни».

2. Дайте визначення поняттю.

Збройні сили — це _____

ТЕМА. НАДЗВИЧАЙНІ СИТУАЦІЇ ПРИРОДНОГО ПОХОДЖЕННЯ

рівень

Оберіть правильну відповідь.

1. **Об'єкт, при аваріях на якому можуть статися масові отруєння оточуючого середовища:**
 - а) пожежонебезпечний;
 - б) нейтральний;
 - в) хімічно небезпечний;
 - г) бактеріально небезпечний.

2. **Виходити із зони хімічного ураження необхідно:**
 - а) за напрямком вітру;
 - б) перпендикулярно до напрямку вітру;
 - в) назустріч вітру;
 - г) виходити не потрібно.

3. **Найбільш небезпечне для людини:**
 - а) альфа-випромінювання;
 - б) бета-випромінювання;
 - в) гамма-випромінювання;
 - г) небезпека однакова.

4. **Специфічні властивості радіоактивних речовин:**
 - а) стеляться на невеликій висоті і на великі відстані;
 - б) не мають зовнішніх ознак;
 - в) мають властивість вражати на відстані;
 - г) не можуть бути нейтралізованими людиною.

5. Шляхи проникнення радіоактивних речовин в організм людини:

- а) через одяг та шкіру;
- б) при вживанні забрудненої води та продуктів;
- в) під час вдихання забрудненого повітря;
- г) організм має природний захист.

6. Якими будуть ваші дії, якщо ви виявили речі, забуті кимось у транспорті:

- а) підете геть;
- б) повідомите дорослих;
- в) повідомите друзів;
- г) заберете собі.

Номер питання	1	2	3	4	5	6
Правильна відповідь						

II рівень

1. Дайте визначення поняттям:

Тероризм — це _____

Заручник — це _____

2. Поясніть, чи можливі надзвичайні ситуації воєнного характеру в мирний час.

 III рівень

Заповніть таблицю «Типи надзвичайних ситуацій за походженням»

Природні	Техногенні	Соціальні	Екологічні
— землетруси,	— транспортні катастрофи,	— війни,	— руйнування озонового шару,
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>

 **IV рівень****Заповніть таблицю «Зброя масового ураження»**

Вид зброї	Призначення	Характерні особливості	Вплив на середовище	Вплив на людину
1. Ядерна				
2. Хімічна				
3. Біологічна				
4. Звичайна				

ТЕМА. НАДЗВИЧАЙНІ СИТУАЦІЇ ТЕХНОГЕННОГО ПОХОДЖЕННЯ

I рівень

Оберіть правильну відповідь.

1. Які ураження наносять сильнодіючі отруйні речовини?

- а) Хімічні;
- б) комбіновані (хімічні, пожежі, вибухи);
- в) радіаційні;
- г) бактеріологічні.

2. Аміак — це:

- а) газ із різким запахом, легший за повітря;
- б) газ із запахом гнилих плодів;
- в) газ із різким запахом, важчий за повітря;
- г) рідина без запаху.

3. Якщо розлилася ртуть, то потрібно:

- а) зібрати її;
- б) повідомити батьків;
- в) повідомити в СЕС;
- г) посипати її сіллю.

4. Безпечні зони на залізничному транспорті:

- а) залізничні колії;
- б) зали очікування;
- в) платформи для посадки пасажирів;
- г) обладнані переходи через колії.

5. Якщо під час аварії відбувся витік хлору, а ви мешкаєте на першому поверсі, то ви повинні:

- a) залишитися вдома;
- б) сховатися в підвалі;
- в) піднятися на верхній поверх;
- г) піти на вулицю.

6 В разі повідомлення про хімічну аварію потрібно:

- a) увімкнути радіо, телевізор, щоб вислухати рекомендації щодо наступних дій;
- б) вимкнути радіо, телевізор, щоб ніщо не зашкодило вашому здоров'ю;
- в) відкрити вікна та двері;
- г) піти подихати свіжим повітрям на вулицю.

Номер питання	1	2	3	4	5	6
Правильна відповідь						

II рівень

Поясніть наступні дії вражаючого фактору ядерної зброї на живу та неживу природу:

Дія ударної хвилі — це _____

Дія проникаючої радіації — це _____

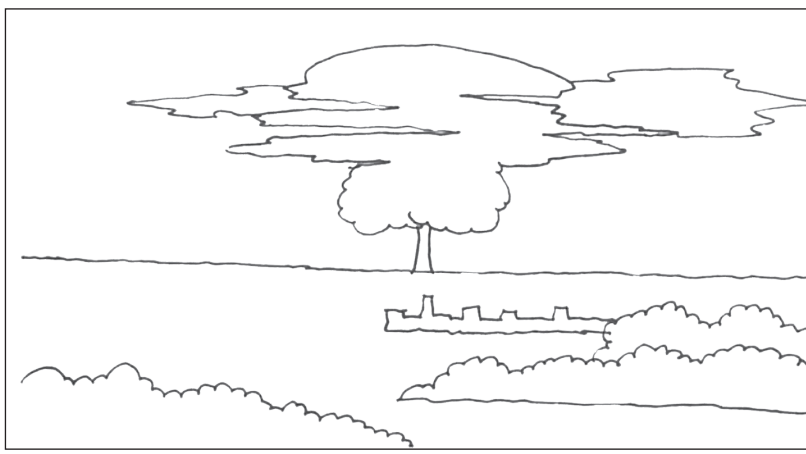
III рівень

Складіть алгоритм дій людини, яка опинилася в завалі.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

IV рівень

Подивіться на малюнок та поясніть, що на ньому зображено та якими будуть ваші дії у даному випадку.



ТЕМА. ЗАХИСТ НАСЕЛЕННЯ ВІД НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ

рівень

Оберіть правильну відповідь.

1. Радіоактивне зараження визначає:

- а) термометр;
- б) барометр;
- в) прилад Гейгера;
- г) хімічні індикатори.

2. Бактеріологічне забруднення визначають за:

- а) розчинністю ґрунту;
- б) кольором повітря;
- в) пробами ґрунту, води, повітря;
- г) запахами ґрунту, води, повітря.

3. Призначення щілин — це захист від:

- а) затоплення;
- б) зсувів;
- в) бактеріального забруднення;
- г) звичайної зброї.

4. Відкриті щілини захищають від:

- а) хуртовин;
- б) хімічної зброї;
- в) бактеріологічної зброї;
- г) радіаційної зброї.

5. При евакуації:

- a) треба самому виїхати до родичів або знайомих;
- б) треба виконувати розпорядження штабу цивільної оборони;
- в) треба швидко вийти з забрудненої зони в будь-якому напрямку;
- г) евакуація не потрібна.

6. При задимленні рот та ніс захищають:

- a) папером;
- б) целофаном;
- в) ватою;
- г) тканиною.

Номер питання	1	2	3	4	5	6
Правильна відповідь						

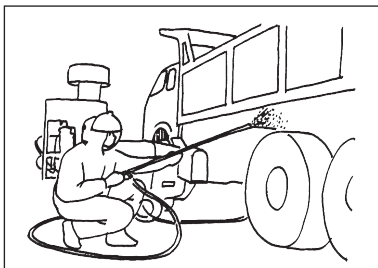
II рівень

1. Напишіть основні заходи у сфері захисту населення і території від надзвичайних ситуацій, які ви знаєте.

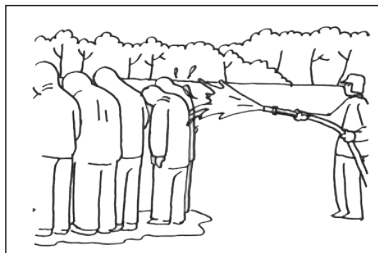
2. Що входить до складу загальнової військового захисного комплексу?

III рівень

Подивіться на малюнки та напишіть, що робить співробітник МНС і з якою метою.



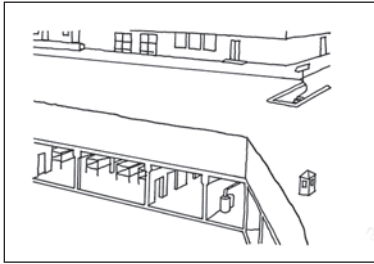
а



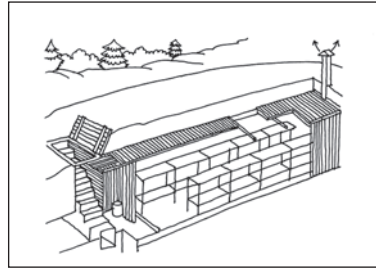
б

IV рівень

Подивіться на малюнки та напишіть, який тип щілини є надійнішим.
Поясніть чому.



а



б

ТЕМА. ЗАСОБИ ЗАХИСТУ ОРГАНІВ ДИХАННЯ. ЕВАКУАЦІЙНІ ЗАХОДИ

рівень

Оберіть правильну відповідь.

1. Хімічне забруднення визначають:

- a) тонометром;
- б) барометром
- в) індикаторами;
- г) каталізаторами.

2. Захисні властивості сховищ діють протягом:

- a) декількох годин;
- б) тижня;
- в) двох діб;
- г) одного місяця.

3. Сховища обов'язкові для:

- a) теплових електростанцій;
- б) гідроелектростанцій;
- в) атомних електростанцій;
- г) сонячних електростанцій.

4. Ваші дії при оповіщенні про евакуацію будуть такими:

- a) одягнете засоби індивідуального захисту;
- б) вийдете на вулицю, щоб добре все розглянути;
- в) обговорите події з друзями;
- г) залишитесь вдома.

5. Після прибуття на евакопункти без батьків потрібно:

- a) відмовитись від евакуації;
- б) зареєструватися під вигаданим прізвищем;
- в) залишитись чекати батьків;
- г) виїхати у призначене місце.

6. При русі по зараженій місцевості:

- a) треба бути в засобах індивідуального захисту;
- б) можна бути без засобів індивідуального захисту;
- в) уникати високої трави та кущів;
- г) не пити та не їсти.

Номер питання	1	2	3	4	5	6
Правильна відповідь						

II рівень

Поясніть дії населення з отриманням сигналу про:

Землетрус. _____

Витік отруйних речовин. _____

III рівень

Перелічіть, які засоби захисту шкіри треба використовувати при хімічній атаці, з якою метою потрібен кожен з них.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

IV рівень

Подивіться на малюнки і напишіть, які засоби захисту органів дихання зображені на них. Поясніть, у яких випадках використовують кожен із них.



а



б



в

ТЕМА. ОСНОВИ РЯТУВАЛЬНИХ ТА ІНШИХ НЕВІДКЛАДНИХ РОБІТ

рівень

Оберіть правильну відповідь.

1. Який інструмент використовують при рятувальних роботах?

- а) Гідравлічне обладнання;
- б) ручний інструмент;
- в) пневматичне обладнання;
- г) механізований інструмент.

2. Прокладання колонних шляхів та проїздів у завалах і на заражених ділянках належить до:

- а) невідкладних робіт;
- б) рятувальних робіт;
- в) побутових робіт;
- г) виробничої діяльності.

3. Знищення радіаційних речовин із забруднених поверхонь — це:

- а) дезактивація;
- б) дезінфекція;
- в) дегазація;
- г) активація.

4. Обливання тіла людини теплою водою з милом та обробка білизни та одягу — це:

- а) часткова санітарна обробка;
- б) повна санітарна обробка;
- в) повсякденна обробка в мирний час;
- г) неприпустима обробка в мирний час.

5. Який спосіб дезінфекції проводиться для знищення хвороботворних мікробів і руйнування токсинів дезінфікуючими речовинами?

- а) Хімічний;
- б) фізичний;
- в) механічний;
- г) природним шляхом.

6. До пневматичного обладнання рятувальних робіт належить:

- а) дисковий різак;
- б) бензопила;
- в) балон зі стиснутим повітрям;
- г) буксирні пристрої.

Номер питання	1	2	3	4	5	6
Правильна відповідь						

II рівень

1. Допишіть визначення.

Основною метою рятувальних та інших невідкладних робіт у надзвичайних ситуаціях є:

2. Назвіть основні завдання рятувальних робіт.

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____
- 6) _____

III рівень

Подивіться на малюнок. Напишіть, чому рятувальники розбирають завал руками.



IV рівень

Заповніть таблицю «Сутність заходів із ліквідації наслідків зараження».

Заходи	Сутність
1. Дегазація	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
2. Дезактивація	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
3. Дезінфекція	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

ТЕМА. ОРГАНІЗАЦІЯ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

I рівень

Оберіть правильну відповідь.

1. **До яких структур цивільного захисту навчального закладу відносяться учні 10—11 класів?**
 - а) Невоєнізоване формування;
 - б) приватне формування;
 - в) воєнізоване формування;
 - г) особисте формування директора школи.

2. **До постійного органу управління цивільного захисту школи входить:**
 - а) черговий учитель;
 - б) черговий клас;
 - в) техробітник;
 - г) директор.

3. **До невоєнізованих формувань цивільного захисту школи входять групи:**
 - а) спортивні;
 - б) протипожежні;
 - в) учбові;
 - г) туристичні.

4. **Сигнали оповіщення населення у мирний час:**
 - а) «Повітряна тривога»;
 - б) «Радіаційна небезпека»;
 - в) «Затоплення»;
 - г) «Хімічна тривога».

5. Рятувальна служба здійснює:

- a) організацію лікування;
- б) з'ясування характеру та межі руйнувань;
- в) організацію дозвілля потерпілих;
- г) організацію харчування.

6. Начальником штабу цивільного захисту в школі є:

- a) директор;
- б) заступник директора з навчально-виховної роботи ;
- в) учитель хімії;
- г) учитель фізики.

Номер питання	1	2	3	4	5	6
Правильна відповідь						

II рівень

1. Складіть ланцюжок оповіщення про дії в надзвичайних ситуаціях найкоротшим шляхом та визначте приблизний час дії.

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____
- 6) _____
- 7) _____
- 8) _____

2. Складіть алгоритм дії за сигналом «Увага всім!», якщо ви у школі або вдома.

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____
- 6) _____
- 7) _____



рівень

Заповніть таблицю «Евакуація з кабінету школи у квітні та грудні»

Квітень	Грудень
Кабінет	Кабінет
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

ТЕМА. ОСНОВИ ЗАКОНОДАВСТВА УКРАЇНИ ПРО ОХОРОНУ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

I рівень

Оберіть правильну відповідь.

1. Основним документом нормативно-правової бази щодо захисту життя та здоров'я людини в Україні є:

- а) Декларація прав людини;
- б) закон «Про охорону праці»;
- в) Конституція України;
- г) закон «Про охорону здоров'я».

2. Обов'язки державної санітарно-епідеміологічної служби затверджені у:

- а) Конституції України;
- б) законі «Про охорону здоров'я»;
- в) законі «Про забезпечення санітарного та епідеміологічного благополуччя населення»;
- г) законі «Про захист населення від інфекційних хвороб».

3. Відповідальність за свідоме розповсюдження ВІЛ-інфекції зафіксована:

- а) у Декларації прав людини;
- б) в Основах санітарного права;
- в) Кримінальному кодексі України;
- г) законі «Про охорону здоров'я».

4. Карантинні заходи у випадках епідемій базуються на:

- а) Конституції України;
- б) законі «Про охорону повітря»;
- в) законі «Про охорону вод»;
- г) законі «Про захист населення від інфекційних хвороб».

5. Право громадян на отримання достовірної інформації про стан довкілля зафіксовано:

- а) у законі «Про охорону здоров'я»;
- б) Конституції України;
- в) законі «Про аварійно-рятувальні служби»;
- г) законі «Про захист людини від впливу іонізуючого випромінювання».

6. Контроль за діяльністю фармацевтичних підприємств здійснюється відповідно до:

- а) Конституції України;
- б) закону «Про охорону здоров'я»;
- в) Кримінального кодексу України;
- г) закону «Про лікарські засоби».

Номер питання	1	2	3	4	5	6
Правильна відповідь						

II рівень**1. Перелічіть статті Конституції України, які гарантують право громадян на здоров'я.**

2. Назвіть закони України, котрі мають відношення до охорони здоров'я населення.

1) _____

2) _____

3) _____

4) _____

5) _____

6) _____

7) _____

8) _____

ТЕМА. ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ І НАВКОЛИШНЄ СЕРЕДОВИЩЕ

1 рівень

Оберіть правильну відповідь.

1. Здоров'я — це:

- a) відсутність хвороб;
- б) відсутність фізичних недоліків;
- в) психічне благополуччя;
- г) стан повного фізичного, психічного, соціального благополуччя.

2. Здоров'я людини залежить від способу життя людини на:

- a) 10 %;
- б) 90 %;
- в) 50 %;
- г) 20 % .

3. Стан здоров'я окремої людини:

- a) проблема держави;
- б) проблема родини;
- в) особиста проблема;
- г) проблема оточуючих.

4. Об'єкт, при аваріях на якому можуть статися масові отруєння:

- a) пожежонебезпечний;
- б) нейтральний;
- в) вибухонебезпечний;
- г) хімічно небезпечний.

5. До природних надзвичайних ситуацій належать:

- a) дорожньо-транспортні пригоди;
- б) повені;
- в) вибухи;
- г) викиди отруйних речовин.

6. Якщо розлили малолеткі отруйні речовини, необхідно:

- a) добре вимити взуття, коли прийдеш додому;
- б) зняти взуття і піти босоніж;
- в) звернутися до міліції;
- г) промовчати та обійти забруднену територію.

Номер питання	1	2	3	4	5	6
Правильна відповідь						

II рівень

1. Напишіть фактори загрози здоров'ю за визначенням ВОЗ (2009 р.).

2. Знайдіть відповідність середовищ існування та їх визначення.

А. Природне середовище.	1. Стан приладів.
Б. Техногенне середовище.	2. Стан живих організмів.
В. Соціальне середовище.	3. Взаємовідносини в суспільстві.
Г. Антропогенне середовище.	4. Діяльність людини.

А _____	Б _____	В _____	Г _____
---------	---------	---------	---------

III рівень

Складіть алгоритм дії при задимленні приміщення.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____

IV рівень

Як впливає стан навколишнього середовища на здоров'я людини?

ТЕМА. ОСНОВНІ СИСТЕМИ ОРГАНІЗМУ ЛЮДИНИ, ЇХ ФУНКЦІЇ. ТРАВМИ СИСТЕМ ТА ЇХ НАСЛІДКИ. ВТРАТА СВІДОМОСТІ

рівень

Оберіть правильну відповідь.

1. До критичних систем належать:

- а) травна система;
- б) дихальна система;
- в) серцево-судинна система;
- г) ендокринна система.

2. До ендокринної системи належать:

- а) надниркові залози;
- б) підшлункова залоза;
- в) статеві залози;
- г) слинні залози.

3. До критичних системи належать:

- а) ендокринна;
- б) статева;
- в) серцево-судинна;
- г) зорова.

4. Наслідки ушкодження нервової системи:

- а) переломи;
- б) судоми;
- в) шок;
- г) утрата свідомості.

5. Ускладнення при травмах хребта:

- а) кровотечі;
- б) забої;
- в) інфікування;
- г) астма.

6. До хімічних травм належать:

- а) порізи;
- б) здавлення;
- в) отруєння;
- г) опіки.

Номер питання	1	2	3	4	5	6
Правильна відповідь						



II рівень

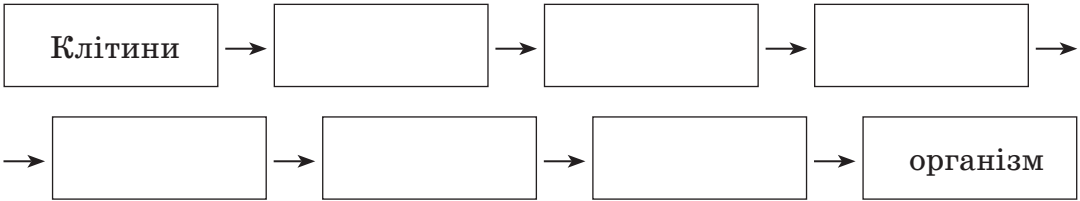
Дайте визначення поняттям.

Орган — це _____.

Критичні системи — це _____.

III рівень

Складіть схему структурної організації організму людини.

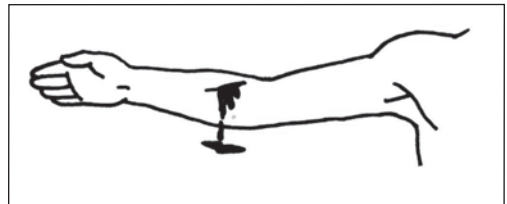


IV рівень

Подивіться на малюнки і напишіть, які види кровотеч зображені на них. Як зупинити кожну з них.



а



б

ТЕМА. ЗАХВОРЮВАННЯ ОСНОВНИХ СИСТЕМ ОРГАНІЗМУ ЛЮДИНИ. ІНФЕКЦІЙНІ ЗАХВОРЮВАННЯ

рівень

Оберіть правильну відповідь.

1. Ознаки бронхіальної астми:

- а) підвищення температури;
- б) спазм бронхів;
- в) напад задухи;
- г) лихоманка.

2. Ознаки цукрового діабету:

- а) болі в ділянці шлунка після їди;
- б) сухість у роті;
- в) швидка втома;
- г) сильна спрага.

3. Ознаки метеоризму:

- а) блювота;
- б) запаморочення;
- в) здуття кишечника;
- г) болі в кишечнику.

4. Наслідком некомпенсованого гастриту є захворювання на:

- а) виразку шлунка;
- б) виразку 12-палої кишки;
- в) холецистит;
- г) діабет.

5. Щеплення допомагають уникнути таких хвороб:

- а) гастриту;
- б) ангіни;
- в) поліомієліту;
- г) холециститу.

6. До інфекцій дихальних шляхів належать:

- а) інфаркт;
- б) гепатит;
- в) туберкульоз;
- г) грип.

Номер питання	1	2	3	4	5	6
Правильна відповідь						

II рівень

Дайте визначення поняттям.

Гостра серцево-судинна недостатність — це _____

Стенокардія — це _____

III рівень

Напишіть, яку допомогу потрібно надати людині-діабетику з ознаками запаморочення.

IV рівень

Заповніть таблицю «Ускладнення при серцево-судинній недостатності та надання першої допомоги»

Ускладнення	Ознаки	Перша допомога
1. Інфаркт міокарда		
2. Стенокардія		
3. Колапс		
4. Запаморочення		

ТЕМА. ОПІКИ ТА ОТРУЄННЯ ОРГАНІЗМУ ЛЮДИНИ. УРАЖАЮЧА ДІЯ ЕЛЕКТРИЧНОГО СТРУМУ. УКУСИ ОТРУЙНИХ ЗМІЙ І КОМАХ

рівень

Оберіть правильну відповідь.

1. Термічні опіки з'являються під дією температури:

- а) понад 50°C ;
- б) понад 100°C ;
- в) під дією пари;
- г) під дією крижаної води.

2. Більшу електропровідність має:

- а) гума;
- б) пластмаса;
- в) суха деревина;
- г) живі організми.

3. Ознаками електричного ураження є:

- а) нудота;
- б) пронос;
- в) параліч м'язів;
- г) прискорення серцевого ритму та дихання.

4. У разі тривалого впливу струму (блискавки) можливе:

- а) обуглювання тканин;
- б) обуглювання всього організму;
- в) почервоніння шкіри;
- г) поява пухирців.

5. До отруйних комах належать:

- а) мурахи;
- б) бабки;
- в) скорпіони;
- г) мухи.

6. Ознаки укусу:

- а) обуглювання тканин;
- б) пониження температури тіла;
- в) пекучий біль;
- г) зниження артеріального тиску.

Номер питання	1	2	3	4	5	6
Правильна відповідь						

II рівень

1. Напишіть, які ознаки харчового отруєння ви знаєте.

2. Дайте визначення поняттю.

Опіки — це _____.

III рівень

Складіть алгоритм першої допомоги при гострому харчовому отруєнні.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____

IV рівень

Заповніть таблицю «Шляхи потрапляння та виведення з організму отрути»

Отрута	
Шляхи потрапляння до організму	Шляхи виведення з організму
1. _____ _____	1. _____ _____
2. _____ _____	2. _____ _____
3. _____ _____	3. _____ _____
4. _____ _____	4. _____ _____
5. _____ _____	5. _____ _____

ТЕМА. ДІЯ НА ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ ІОНІЗУЮЧОГО ВИПРОМІНЮВАННЯ

рівень

Оберіть правильну відповідь.

1. Іонізуюче випромінювання викликає в людини:

- a) гіпертонічну хворобу;
- б) променеву хворобу;
- в) задуху;
- г) кровотечу.

2. Характер ураження від випромінювання залежить від:

- a) відстані до об'єкта випромінювання;
- б) статі;
- в) віку;
- г) інтелекту.

3. Характер розвитку променевої хвороби залежить від:

- a) статі;
- б) віку;
- в) освітлення місцевості;
- г) індивідуальної чутливості.

4. Гостра променева хвороба виникає під впливом:

- a) разового променевого мікрровипромінювання;
- б) разового променевого випромінювання великою дозою;
- в) разового променевого випромінювання малою дозою;
- г) разового променевого випромінювання середньою дозою.

5. При променевої хворобі:

- a) майже зникають лімфоцити;
- б) різко збільшується кількість лімфоцитів;
- в) майже зникають тромбоцити;
- г) різко збільшується кількість тромбоцитів.

6. Джерелами радіаційного випромінювання є:

- a) телевізори;
- б) комп'ютери;
- в) мобільні телефони;
- г) рентгенівські апарати.

Номер питання	1	2	3	4	5	6
Правильна відповідь						

II рівень

1. Дайте визначення поняттям.

Променева хвороба — це _____

Медичне опромінювання — це _____

III рівень

Назвіть засоби обробки продуктів при радіоактивному забрудненні.

М'ясо _____

Яйця _____

Молоко _____

Овочі _____

IV рівень**Заповніть таблицю «Ознаки променевої хвороби»**

Періоди променевої хвороби	Тривалість	Ознаки
1. Первинна реакція		
2. Прихований період		
3. Період вираження проявів		
4. Період відновлення		

ТЕМА. ОЦІНЮВАННЯ СТАНУ КРИТИЧНИХ СИСТЕМ ОРГАНІЗМУ ЛЮДИНИ. ТЕРМІНАЛЬНИЙ СТАН

рівень

Оберіть правильну відповідь.

1. **Якщо при кровотечі кров потрапляє на шкіру, то яка це кровотеча?**
 - а) Зовнішня;
 - б) внутрішня;
 - в) артеріальна;
 - г) венозна.

2. **При артеріальній кровотечі накладають:**
 - а) покривну пов'язку;
 - б) компресну пов'язку;
 - в) лейкопластир;
 - г) здавлюючу пов'язку.

3. **При зупинці дихання використовують:**
 - а) накладання джгута;
 - б) зупинку кровотечі;
 - в) вентиляцію легень апаратом;
 - г) вентиляцію легень «рот у рот».

4. **При серцевому нападі використовують:**
 - а) нітрогліцерин;
 - б) нашатирний спирт;
 - в) валідол;
 - г) ацетилсаліцилову кислоту.

5. Утрата свідомості — це показник:

- а) мігрені;
- б) шоку;
- в) непритомності;
- г) термінального стану.

6. При термінальному стані спостерігається:

- а) пригнічення функцій організму;
- б) збудження функцій організму;
- в) нормалізація функцій організму;
- г) згасання функцій організму.

Номер питання	1	2	3	4	5	6
Правильна відповідь						

II рівень

1. Дайте визначення поняттям.

Термінальний стан — це _____

Клінічна смерть — це _____

III рівень

Напишіть, які фактори необхідно враховувати при оцінюванні стану потерпілого.

IV рівень

Заповніть таблицю «Небезпечні ознаки стану критичних систем»

Система	Ознаки
1. Дихальна система	
2. Серцево-судинна система	
3. Нервова система	

ТЕМА. МЕДИЧНА ДОПОМОГА ПРИ ПОРУШЕННІ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

рівень

Оберіть правильну відповідь.

1. Хірургічні операції проводять:

- а) бригади «швидкої допомоги»;
- б) шкільний лікар;
- в) фельдшер медпункту;
- г) лікар стаціонару.

2. Шкільний лікар (медична сестра):

- а) проводить первинний огляд дитини у шкільний час;
- б) здійснює контроль перебігу хвороби;
- в) видає направлення до спеціалізованих клінік;
- г) проводить огляд хворого у стаціонарі.

3. В обов'язки сімейного лікаря входить:

- а) стаціонарний огляд хворих;
- б) догляд хворих у родині дорослих;
- в) догляд хворих дітей у родині;
- г) догляд хворого будь-якого віку в родині.

4. Спеціалізовану медичну допомогу надають:

- а) шкільна медсестра;
- б) санпост;
- в) учитель основ здоров'я;
- г) сімейний лікар.

5. Шкільні медсестри:

- a) оперують хворих;
- б) проводять первинний огляд;
- в) направляють на планові операції;
- г) приписують ліки.

6. До первинної долікарської допомоги належать:

- a) операційна допомога;
- б) накладання гіпсу;
- в) зупинка зовнішньої кровотечі;
- г) внутрішньовенні ін'єкції.

Номер питання	1	2	3	4	5	6
Правильна відповідь						

II рівень

1. Назвіть принципи першої неспеціалізованої допомоги.

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____
- 6) _____

2. Дайте визначення поняттю.

ВООЗ — це _____.

ТЕМА. НАДАННЯ ПЕРШОЇ МЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ У НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ

1 рівень

Оберіть правильну відповідь.

1. Зовнішньо застосовують:

- а) валідол;
- б) кардіамін;
- в) інсулін;
- г) протиалергійні мазі.

2. Ліки, які вживають внутрішньо:

- а) но-шпа;
- б) розчин борної кислоти;
- в) інсулін;
- г) очні краплі.

3. Ліки, які вживають ін'єкційно:

- а) інсулін;
- б) нашатирний спирт;
- в) розчин перманганату калію;
- г) перекис водню.

4. В учбових кабінетах початкової школи потрібно мати:

- а) тонометр;
- б) шприц-тюбик;
- в) перекис водню;
- г) ліки для зниження артеріального тиску.

5. Для чого в аптечці кабінету є питна сода?

- a) Для хімічних дослідів;
- б) для зниження кислотності шлунка;
- в) для миття хімічного посуду;
- г) для нейтралізації кислот, які потрапили на учня.

6. В аптечках першої допомоги фізкультурної зали потрібні:

- a) піпетки;
- б) термометр;
- в) одноразові шприци;
- г) джгут (закрутка).

Номер питання	1	2	3	4	5	6
Правильна відповідь						

II рівень

Заповніть таблицю «Призначення серцево-судинних та антисептичних ліків»

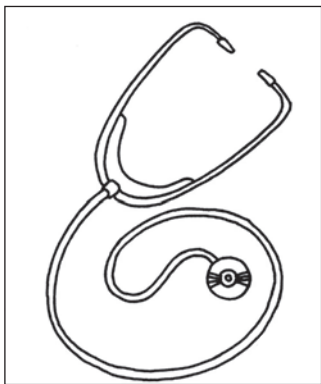
Призначення ліків	Приклади ліків	Лікарська форма
1. Серцево-судинні	_____	_____
	_____	_____
	_____	_____
	_____	_____
2. Антисептичні	_____	_____
	_____	_____
	_____	_____
	_____	_____

III рівень

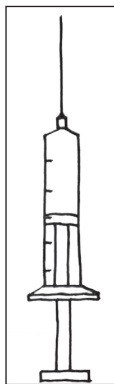
Поясніть, для чого перед уживанням нових ліків їх невеличку кількість вводять підшкірно на внутрішній поверхні передпліччя?

IV рівень

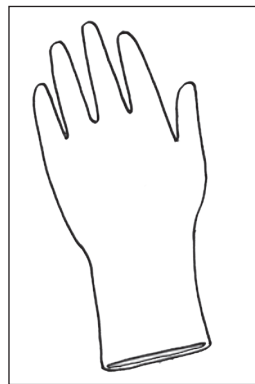
Подивіться на малюнки і поясніть застосування даних засобів медичної допомоги.



а



б



в

ТЕМА. ПЕРША ДОПОМОГА ПРИ ГОСТРИХ ПОРУШЕННЯХ ДИХАННЯ ТА ПІД ЧАС ЗУПИНКИ СЕРЦЯ

рівень

Оберіть правильну відповідь.

1. Які засоби відновлення функцій організму належать до реанімаційних?

- a) Фіксація кінцівок при переломах;
- б) штучне дихання;
- в) непрямий масаж серця;
- г) зупинка кровотечі.

2. Що таке клінічна смерть?

- a) Дуже коротке припинення життєдіяльності дихальної системи;
- б) дуже коротке припинення роботи серця;
- в) тривале припинення роботи мозку;
- г) тривале припинення життєдіяльності критичних систем.

3. Біологічна смерть має такі ознаки:

- a) тривала відсутність дихання;
- б) тривала відсутність роботи серця;
- в) тривала відсутність роботи мозку;
- г) медичні прилади не фіксують ознак життєдіяльності організму на протязі 1—4 хвилин.

4. При зупинці дихання проводять:

- a) накладання джгута;
- б) накладання закрутки;
- в) штучне дихання;
- г) накладання пов'язок.

5. При зупинці серця проводять:

- а) штучне дихання;
- б) непрямий масаж серця;
- в) непрямий масаж легенів;
- г) промивання шлунка.

6. До гострих порушень дихання належать:

- а) легеневий туберкульоз;
- б) запалення легенів;
- в) набряк легенів;
- г) бронхіт.

Номер питання	1	2	3	4	5	6
Правильна відповідь						

II рівень

Дайте визначення поняттям:

Реанімація — це _____

Штучне дихання — це _____

III рівень

Поясніть, чому при штучному диханні «рот у рот» та «рот у ніс» необхідно закинути голову потерпілого.

IV рівень

Подивіться на малюнок і напишіть основні дії реаніматора під час штучного дихання.



ТЕМА. ПЕРША ДОПОМОГА ПРИ ПОРАНЕННЯХ. ПЕРЕВ'ЯЗКА ПОРАНЕНОГО

I рівень

Оберіть правильну відповідь.

1. До засобів першої медичної допомоги належать:

- а) гумові рукавички;
- б) тонометр;
- в) термометр;
- г) одноразові шприци.

2. Реанімація – це:

- а) прийоми зниження температури тіла;
- б) штучне дихання;
- в) непрямий масаж серця;
- г) прийоми попередження інфікування.

3. До реанімаційних заходів належать:

- а) промивання шлунка;
- б) промивання ран;
- в) штучне дихання;
- г) непрямий масаж серця.

4. Джгут накладають при:

- а) артеріальній кровотечі;
- б) внутрішній кровотечі;
- в) венозній кровотечі;
- г) капілярній кровотечі.

5. На відкриту рану накладають:

- а) шину;
- б) джгут;
- в) здавлюючу пов'язку;
- г) покривну пов'язку.

6. Кровотечу на артерії кінцівок можна зупинити:

- а) накладанням джгута;
- б) накладанням закрутки;
- в) опусканням кінцівок;
- г) накладанням йодової пов'язки.

Номер питання	1	2	3	4	5	6
Правильна відповідь						

II рівень

Дайте визначення поняттям:

Поранення — це _____

Антисептика — це _____

III рівень

Назвіть головні небезпеки при пораненнях:

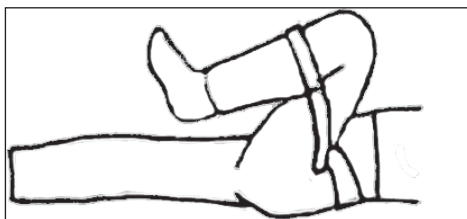
1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

IV рівень

Подивіться на малюнки та назвіть дані види пов'язок. Напишіть мету кожної з них.



а



б



в

ЗМІСТ

Тема. Нормативно-правова база цивільного захисту	3
Тема. Надзвичайні ситуації природного походження	6
Тема. Надзвичайні ситуації техногенного походження.....	10
Тема. Захист населення від надзвичайних ситуацій.....	13
Тема. Засоби захисту органів дихання. Евакуаційні заходи	17
Тема. Основи рятувальних та інших невідкладних робіт.....	20
Тема. Організація цивільного захисту навчального закладу	24
Тема. Основи законодавства України про охорону здоров'я людини	28
Тема. Здоров'я людини і навколишнє середовище.....	32
Тема. Основні системи організму людини, їх функції. Травми систем та їх наслідки. Втрата свідомості	35
Тема. Захворювання основних систем організму людини. Інфекційні захворювання	38
Тема. Опіки та отруєння організму людини.Уражаюча дія електричного струму. Укуси отруйних змій і комах	41
Тема. Дія на організм людини іонізуючого випромінювання	44
Тема. Оцінювання стану критичних систем організму людини. Термінальний стан.....	48
Тема. Медична допомога при порушенні здоров'я людини.....	51
Тема. Надання першої медичної допомоги у надзвичайних ситуаціях	54
Тема. Перша допомога при гострих порушеннях дихання та під час зупинки серця.....	57
Тема. Перша допомога при пораненнях. Перев'язка пораненого	60

Навчальне видання

ЦУКАНОВА Єлизавета Олексіївна

ЗАХИСТ ВІТЧИЗНИ
Курс навчання дівчат
Робочий зошит
10 клас

Код Ф11370У. Підписано до друку 28.09.2010. Формат 70х90/16. Папір офсетний.
Гарнітура Шкільна. Друк офсетний. Ум. друк. арк. 4,68

ТОВ Видавництво «Ранок». Свідоцтво ДК № 3322 від 26.11.2008.
61071 Харків, вул. Кібальчича, 27, к. 135.

Адреса редакції: 61145 Харків, вул. Космічна, 21а.
Тел. (057) 719-48-65, тел./факс (057) 719-58-67.

Для листів: 61045 Харків, а/с 3355. E-mail: office@ranok.kharkov.ua

З питань реалізації звертатися за тел.: у Харкові – (057) 712-91-44, 712-90-87;
Києві – (044) 599-14-53, 417-20-80; Білій Церкві – (04563) 6-90-92; Вінниці – (0432) 55-61-10;

Дніпропетровську – (056) 785-01-74; Донецьку – (062) 261-73-17;

Житомирі – (0412) 41-27-95, 41-83-29; Кривому Розі – (056) 401-27-11;

Львові – (032) 244-14-36; Миколаєві – (0512) 35-40-39; Рівному – (0362) 3-78-64;

Сімферополі – (0652) 54-21-38; Тернополі – (0352) 49-58-36 ;

Черкасах – (0472) 64-41-07, 36-72-14; Хмельницькому – (0382) 706-316;

Одесі – (048)737-46-59; Чернігові – (0462) 62-27-43.

E-mail: commerce@ranok.kharkov.ua.

«Книга поштою»: 61045 Харків, а/с 3355. Тел. (057) 717-74-55, (067) 546-53-73.

E-mail: pochta@ranok.kharkov.ua

www.ranok.com.ua

**170 завдань, малюнки, схеми, таблиці,
ситуативні задачі зроблять робочий зошит
цікавим для учнів та легким у перевірці
для вчителів**

Робочий зошит:

- відповідає чинній програмі «Захист Вітчизни. 10-11 класи»;
- охоплює усі теми курсу;
- сприяє кращому засвоєнню навчального матеріалу;
- допомагає урізноманітнити роботу на уроці, сформувати в учнів практичні вміння й навички;
- містить завдання чотирьох рівнів складності, схеми, таблиці, малюнки, ситуативні задачі.

**Робочим зошитом доцільно користуватись у комплекті
з розробками уроків для вчителя серії «Майстер-клас»**

ВИДАВНИЦТВО
РАНOK

www.ranok.com.ua

ISBN 978-611-540-870-2



9 786115 408702

«Книга — поштою»

61045 Харків, а/с 3355,

«Ранок-пошта»

(057) 717-74-55

pochta@ranok.kharkov.ua

Каталог надсилається безкоштовно