**Итоговый контроль по ОБЖ 7 класс (тест)**

**Часть 1.**

*Эта часть работы содержит задания с выбором одного или нескольких ва­риантов ответа.*

***1. 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; Г) с 15 лет.

**2. Наиболее удобной обувью в походе считаются:**

а) туристические ботинки, кеды, кроссовки;

б) сапоги резиновые или хромовые, легкие спор­тивные тапочки;

в) полуботинки, сапоги, туфли.

**3. Приметами хоженой тропы могут быть:**

а) высокая трава, наличие следов птиц и зверей;

б) примятая трава, следы от транспорта, следы де­ятельности человека;

в) растущие на тропе грибы, ягоды, сломанные ветки.

**4.При движении зимой по льду замерзших рек необходимо:**

а) идти осторожно плотной группой обязательно на лыжах;

б) увеличить интервалы между членами группы, ослабить ремни рюкзаков, приготовить веревку, расстегнуть крепления лыж;

в) снять лыжи и двигаться пешком, в случае необходимости лечь на лед и передвигаться по-пластунски

**5. Как высушить резиновые сапоги в походе:**

а) набить сапоги сухой травой или бумагой и поста­вить их недалеко от костра;

б) вбить в землю около костра колышки и повесить на них сапоги;

в) вытащить из сапог стельки и протереть внутри досуха тряпкой, поставить сапоги к теплу, но не к от­крытому огню.

***6. Как определить стороны света, находясь в лесу в безлунную ночь?***

А) по часам; Б) по луне;

В) по полярной звезде.

**7.*Какие известны основные способы ориентирования на местности?***

 А) по памяти; Б) по растениям;

В) по небесным светилам; Г) По компасу;

**8. Что запрещается делать при разведении костра:**

а) разводить костер на торфяных болотах;

б) использовать сухую траву;

в) разводить костер возле водоисточников.

**9. По каким местным приметам можно опреде­лить стороны света:**

а) стволам и коре деревьев, лишайнику и мху, склонам холмов и бугров, муравейникам, таянию снега;

б) кустарнику и сухой траве, направлению течения ручьев и рек, наезженной колее;

в) полыньям на водоемах, скорости ветра, направле­нию комлей валяющихся на дороге спиленных деревьев.

***10.* Какую букву выложить для спасательной авиации, если вы не имеете возможности двигаться по маршруту?**

а) X; б) I; в) K; г) J.

***11. При укусе человека ядовитой змеей необходимо:***

А) выдавливать из ранки в течение 4—5 мин. несколько капель крови;

Б) промыть ранку под сильной струей воды;

В) отсосать яд из ранки ртом;

Г) приложить к ранке холод.

***12. Приспособление человека к новым для него условиям жизни называется:***

А) интоксикацией;

Б) акклиматизацией;

В) реакклиматизацией.

***13. К ядовитым растениям относятся****:*

а) волчье лыко; б) малина;

в) крапива; г) бузина черная;

***14. Правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать в походе:***

А) закаливание и солнечные ванны

Б) мыть руки перед едой, чистить зубы, обтирать тело, купаться

В) купаться, загарать, мыть руки, умываться

***15. При оказании первой медицинской помощи при обморожении, необходимо:***

А) перенести пострадавшего в прохладное место, в тень;

Б) уложить не спину, приподнять голову и повернуть ее набок;

В) напоить горячим чаем.

***16. Через какой промежуток времени необходимо менять холодные примочки при ушибах?***

А) через 1-2 мин.; Б) через 10-15 мин.;

В) через 1,5-2 часа; Г) не рекомендуется менять.

**17. Как действовать при встрече с диким животным?**

 А) Закричать и убежать

 Б) Замереть на месте и пятясь отойти

 В)Взять палку и замахнуться

***18. Одной из составляющих здорового образа жизни является:***

А) малоподвижный образ жизни;

Б) небольшие и умеренные физические нагрузки;

В) оптимальный уровень двигательной активности;

Г) курение и употребление алкоголя в небольших количествах.

***19. Укажите, какие из приведенных ниже на­званых привычек человека являются вредными потому, что они разрушают его здоровье:***

А) систематическое соблюдение правил лич­ной и общественной гигиены;

Б) систематическое курение;

В) систематические занятия физической куль­турой;

Г) систематическое употребление пива;

Д) употребление наркотиков.

**Часть II.**

*В этой части содержатся задания, которые требуют письменно дополнить информацию или на месте многоточия должно стоять название термина (слово или словосочетание), определение*

1. Повреждение тканей тела из-за высокой температуры –
2. Любое повреждение кожи -
3. Повреждение тканей и органов без нарушения целостности кожи и костей
4. Чем обрабатывают (дезинфицируют) рану?
5. Дополните фразу: «Многократное воздей­ствие на поверхность тела разных температур посредством водных или воздушных ванн, вызы­вающее появление приспособленности организма к неблагоприятному воздействию низких и высо­ких температур, называется \_\_\_\_\_\_ ».

**Ключ к тесту**

**Часть 1**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вопрос | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | **10** |
| Ответ | **В** | **А** | **Б** | **Б** | **А** | **В** | **ВГ** | **А** | **А** | **А** |
| Вопрос | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |  |
| Ответ | **В** | **Б** | **АГ** | **Б** | **В** | **А** | **Б** | **В** | **БГД** |  |

**Часть II.**

1. ожог
2. рана
3. ушиб
4. йод, зеленка, марганцовка, перекись водорода
5. закаливание

***При правильном выполнении всех заданий уча­щийся набирает 24 балла. Оценка «3» ставится, если учащийся набирает 14-17 баллов; «4» - 18-22 и «5» - 23-24 балла.***