

Қазақстан Республикасының Білім және ғылым министрлігі
А. Байтұрсынов атындағы Қостанай мемлекеттік университеті
Биология және химия кафедрасы

Жалкевич В.Т., Орлова Л.Г., Пірімова Э.Р.

**«ТІРШЛІК ҚАУІПСІЗДІК НЕГІЗДЕРІ» ПӘНІ БОЙЫНША
ЖАҒДАЯТТЫҚ ЕСЕПТЕР, ЖАТТЫҒУЛАР ЖӘНЕ ҚЫЗЫҚТЫ
ТАПСЫРМАЛАР**

Оқу-әдістемелік құрал

Қостанай, 2015

УДК 371.3
ББК 74.266.8
Ж24

Рецензенттер:

Белан Ольга Ренатовна – биология ғылымдарының кандидаты, ҚМПИ жаратылыстану кафедрасының доценті
Сұлтанғазина Гүлнар Жалелқызы – биология ғылымдарының кандидаты, ҚМУ биология және химия кафедрасының доценті, меңгерушісі
Ерниязова Гайша Мултыкбаевна – ауыл шаруашылығы ғылымдарының кандидаты, ҚИнЭУ стандарттау және тағамдық технология кафедрасының доценті

Авторлары:

Жалкевич В.Т. – ҚМУ биология және химия кафедрасының доценті
Орлова Л. Г. – ҚМУ биология және химия кафедрасының аға оқытушысы
Пірімова Э.Р. – ҚМУ биология және химия кафедрасының аға оқытушысы

Ж24 Жалкевич В.Т., Орлова Л.Г., Пірімова Э.Р.

«Тіршілік қауіпсіздік негіздері» пәні бойынша жағдаяттық есептер, жаттығулар және қызықты тапсырмалар. Оқу-әдістемелік құралы барлық мамандықтарға арналған – Қостанай, 2015. – 70 б.

ISBN 978-601-7385-75-0

Оқу-әдістемелік құралына тіршілік қауіпсіздік негіздерінің тараулары бойынша жағдаяттық есептер, жаттығулар және қызықты тапсырмалар енгізілген. Белсенді оқыту әдістері белгілі дәрежеде білім алушылардың қызығушылығын арттырады, қауіпсіздік іс-әрекет дағдыларының қалыптасуына көмектеседі. Оқу-әдістемелік құралы барлық мамандықтағы білім алушыларға арналған, сонымен бірге колледждер мен жоғары оқу орындары оқытушыларының білім беру үрдісінде қолдануына ұсынылады.

УДК371.3
ББК 74.226.8

А. Байтұрсынов атындағы Қостанай мемлекеттік университетінің Оқу-әдістемелік кеңесінде 13. 05. 2015ж. № 2 хаттамасымен бекітіліп, 27. 05. 2014 ж. РОӘК секциясының шешімімен баспаға ұсынылды.

ISBN 978-601-7385-75-0 © Жалкевич В.Т., Орлова Л.Г., Пірімова Э.Р., 2015

Мазмұны

Кіріспе	4
1 Сабақ барысында жағдаяттық есептер мен қызықты тапсырмаларды қолдану бойынша әдістемелік нұсқаулар	5
2 Жағдаяттық есептер мен жаттығулар	
2.1 Тақырып Төтенше жағдайлар	6
2.2 Тақырып Жаппай зақымдау қарулары және құтқару жұмыстары	13
2.3 Тақырып Өртке қарсы шаралар	20
2.4 Тақырып Алғашқы медициналық көмек	24
2.5 Тақырып Табиғи ортада автономды тіршілік етудің шарттары мен салауатты өмір салты	32
3 Қызықты тапсырмалар	39
Қорытынды	56
Қолданылған әдебиеттер тізімі	57
Қосымша А Жағдаяттық есептердің жауаптары	58
Қосымша Б Қызықты тапсырмалардың жауаптары	64

Кіріспе

Тіршілік қауіпсіздігі мазмұны бойынша – бұл адамның қоршаған ортада қауіпсіз қатынаста тіршілік етуі және төтенше жағдайларда тұрғындарды қорғауда туындайтын мәселелермен айналысатын ғылымдар ішіндегі жеке жаңа білім саласы болып табылады. Сондай-ақ бұл пән қауіп туындаған жағдайда адам өмірі мен денсаулығын қорғай білу қабілеттерін қалыптастыруды қарастырады.

Қазіргі заманға сай маман – туындаған қауіп-қатерге сәйкес тіршілік қауіпсіздігін қамтамасыз етуде тиімді шешім қабылдау үшін белгілі бір дәрежеде әрдайым дайын болуы қажет. «Тіршілік қауіпсіздік негіздері» пәні білім алушыларға белгілі бір дәрежеде қауіпсіздік идеологиясын, өздерінің кәсіби және әлеуметтік іс-әрекеттерін қауіпсіз жүзеге асыру мақсатындағы мінез-құлқы мен конструктивтік ойлау қабілетін қалыптастыруға мүмкіндік береді.

«Тіршілік қауіпсіздік негіздері» пәні бағдарламасын тәжірибе жүзінде жүргізуде жағдаяттық есептер мен жаттығулар, конкурстар, тапсырмалар, тесттер, практикумдар, іскерлік ойындар секілді белсенді оқыту әдістерін қолдану барысында пәнді меңгеру қабілеттіліктері анағұрлым артатындығы байқалды. Белсенді оқыту әдістері, сондай-ақ жағдаяттық есептерді шешуде, қауіпсіздік іс-әрекеті қабілеттіліктерін меңгеруде белгілі дәрежеде білім алушылардың қызығушылығын арттырып, оқу үрдісінде ізденушілік және шығармашылық қабілеттіліктерін дамытуға мүмкіндік береді.

Белсенді білім алу тек есте сақтауды дамытып қана қоймай, сонымен қатар сыни тұрғыдан ойлауға көмектеседі. Ұсынылып отырған оқу құралындағы жағдаяттық есептер мен жаттығуларды орындау арқылы салыстыру, жүйелеу, нақтылау, талдау, жалпылау, шешу және басқа да танымдық іс-әрекеттер қалыптасады.

Оқу құралы «Тіршілік қауіпсіздік негіздері» пәні бойынша сабақ беретін мектеп мұғалімдері мен колледж, жоғары оқу орындарының оқытушыларына арналған. Тапсырмалар білім алушылардың ағымдағы білімдерін бақылауда және сабақты бекітуде қолдануға мүмкіндік береді.

1 Сабақ барысында жағдаяттық есептер мен қызықты тапсырмаларды қолдану бойынша әдістемелік нұсқаулар

Негізгі білім болғанда ғана, танымдық қызығушылықтың маңыздылығы артады. Қызығушылықтың болуы білім беру үрдісінің сәтті өтуі мен оны дұрыс ұйымдастырылуының ең басты қағидалары болып табылады. Осыған байланысты, тіршілік қауіпсіздігі негіздері пәні бойынша сабақ барысында жағдаяттық есептер мен қызықты тапсырмаларды қолданудың маңызы зор.

Әртүрлі белсенді оқыту әдістерін, яғни эвристикалық (ізденушілік) және сандық логикалық (жағдаяттық) есептерді өз бетінше шешу әдістері белсенді білім беру деңгейін арттырады. Осыған сәйкес белсенділіктің үш деңгейі қалыптасады:

*жаңғырту белсенділігі – білім алушының білімді түсінуі, есте сақтауы, білімді қайта жаңғыртуы, үлгі бойынша қолдану әдістерін игеруімен сипатталады;

*түсіндіру (интерпретация) белсенділігі – білім алушының зерттелетін мағлұматтың мағынасын түсінуі, байланыс орнатуы, өзгертілген жағдайда білімді қолданудың әдістерін игеруі;

*шығармашылық белсенділік – білім алушының теориялық білімді ұғынуға талпынуы, мәселелерді өз бетімен шеше білуі, танымдық қызығушылықтың қарқынды байқалуы.

Білім беру үрдісінде белсенді оқыту әдістерін қолдану педагогика ғылымы дамытқан білім берудің қағидалары жиынтығына сүйенеді.

Алайда, оқу үрдісінде жағдаяттық есептер мен қызықты тапсырмаларды қолдануда қойылатын жалпы дидактикалық талаптардан басқа өзіндік қағидалар өңделді:

- «қарапайымнан күрделіге» қағидасы, яғни сабақ беру үрдісін күрделіліктің артуына қарай жоспарлау керек;
- ұжымдық қызметті ұйымдастыру қағидасы;
- уақытты үнемдеу қағидасы, білімді меңгеру және оның негізінде тәжірибелік дағдылардың қалыптасуы – есептерді шешу, жағдаяттар мен тапсырмаларды талдау бір мезгілде жүзеге асады;
- «шығу» бақылау қағидасы, игерген білік пен дағдылардың саны мен сапасын тұрақтандыруға мүмкіндік береді. Ондай «шығу» бақылауға жеке немесе топтық жағдаяттық есептер, мәселелер мен қызықты тапсырмаларды қолдануға болады [1].

Белсенді оқытудың жетістігі – білім алушылардың өзіндік білім алуға және өзіндік жетілдіруге деген талпыныстарының дамуы болып табылады[2]. Ойын-жаттығулар (сөзжұмбақтар, ребустар, чайнвордтар, анаграммалар, бас қатырғылар) ойды, қабылдауды, ойлауды, назарды, сөйлеуді дамытады.

Оқытудың осы және басқа да әдістері мен нұсқаларын қолдану сабақтың мақсатына, мазмұнына, оқу тобының құрамына байланысты. Мысалы, нақты жағдаятты талдауға негізделген дәріс – дәріс-дискуссия болып табылады, алайда, педагог талдауға сұрақ емес, нақты жағдаяттық есеп береді. Білім

алушылар тапсырманы бірлесіп талдайды және талқылайды, педагог қажетті бағытқа қарай ұмтыла отырып, пікірталасты дамытады. Содан соң, дұрыс мағлұматқа сүйене отырып және қате мағлұматты талдай отырып, сенімді түрде білім алушылардың ұжымдық жалпылама қорытындысын шығарады. Кейде, жағдаяттарды талқылауды алдағы сабақтарға өзіндік пролог ретінде қолдануға болады.

Тіршілік қауіпсіздігі негіздері пәні бойынша білімдерін бақылауда жағдаяттық есептерді, жаттығуларды және қызықты тапсырмаларды қолдану әртүрлі болуы мүмкін.

1 Кесте. Білім беру үрдісінде жағдаяттық есептерді, жаттығуларды және қызықты тапсырмаларды қолданудың нұсқалары мен білімдерін бақылау

Бақылау түрлері	Жағдаяттық есептерді, жаттығуларды және қызықты тапсырмаларды қолдану формалары	Бақылау функциялары
Алдын-ала бақылау	Жазбаша	Бақылау
Ағымдағы -ауызша сұрақ -бақылау жұмыстары -күнделікті бақылау	өзіндік жұмыс бақылау жұмысы тесттер	білімділік тәрбиелік дамытушылық болжамдық
Тақырыптық	ауызша	түзету
Қорытынды	жеке сұрақ	бақылау

Оқу үрдісінде әртүрлі әдістерді тиімді және негізге ала отырып, байланыстыру қажет. Белсенді оқыту әдістері дәріс, семинарлық сабақтар, оқулықпен жеке жұмыс, сондай-ақ білім алушылардың жеке тәжірибелік сабақтарын қамтуы тиіс. Барлық әдістердің жиынтығы оқу үрдісіне қажетті әмбебаптылық пен өнімділікті бере алады және оны мазмұны бойынша проблемалық, формасы бойынша тиімді ете алады[3].

2 Жағдаяттық есептер мен жаттығулар

2.1 Тақырып Төтенше жағдайлар

1. Кенеттен күн күркірей жөнелді. Сіз найзағайдың жақындап келе жатқанын көріп тұрсыз. Сіздің әрекетіңіз:

- 1) үлкен ағаштың астына жасырыну;
- 2) жартастар қалқанының астына баспаналау;
- 3) қауіпке еш назар аудармай, ашық алаңда қалу;
- 4) таса жерге тығыла тұру және найзағайдың тоқтауын күту.

2. Тауға шығып, қар опырмасына тап болдыңыз. Одан қашуға еш мүмкіндігіңіз болмастан, сіз:

- 1) қозғалыстағы қармен бірге арқаңызбен сырғанауға тырысасыз;
- 2) қардың арасына еніп, көшкінмен бірге қозғалу керек;
- 3) қолмен күшті қозғалыс жасай отырып, қардың бетіне «қалқып шығу».

3. Орталық Азияның шөл және таулы жерлерінің керуен жолдарындағы жол жағасы мен тау асуларынан бұтақтары әртүрлі тараптарға сарайып тұратын, шұбар шүберек, лента, қой аяқтары байланған биік тастар сілемесін көруге болады.

Бұл сізге нені ескертетін қасиетті «ҚОРҒАНЫС» белгісі?

- 1) су көзі туралы;
- 2) тұрғын-үйдің жақындығы туралы;
- 3) қауіп-қатер туралы.

4. Жеке автокөлігіңізде келе жатып сіз өте күшті қарлы боранға тап болдыңыз. Сіздің әрекетіңіз:

- 1) автокөлікті желге қарсы бұрып (мүмкіндігінше) тоқтайсыз, қозғалтқышты орап, антеннаға ашық түсті мата іліп, көліктің есігі мен терезесін мықтап жауып, қайта-қайта қозғалтқышты жылыта отырып, боранның тоқтауын немесе құтқарушылардың көмегін күтесіз;
- 2) қозғалтқышты өшірмей, боранның тоқтауын күтесіз;
- 3) тоқтайсыз және тұрғын аймаққа дейін жаяу жетуге тырысасыз;
- 4) желдің бағыты бойынша автокөлікті бұрып (мүмкіндігінше), тоқтайсыз, іздеуші топтың табуына жеңіл болуы үшін периодты түрде көлікті қардан тазалап отырасыз және периодты түрде дыбыстық және жарықтық сигнал беріп, қажет жағдайда ғана қозғалтқышты жылытасыз;
- 5) негізгі жолдан ауылдық жолға түсіп (қорғаушылардың жолды тазалауынан зардап шекпес үшін), антеннаға ашық түсті мата іліп, қозғалтқышты өшірмей, қайта-қайта дыбыстық және жарықтық сигнал бере отырып, боранның тоқтауын күтесіз.

5. Жер сілкінісінің алғашқы толқулары сіздің үйіңіздің бірінші қабатында байқалды. Сіз:

- 1) бетіңізді қолмен жауып, үстелдің, төсектің, киім-кешекке арналған шкафтың астына тығыласыз;
- 2) бастырманьң (лоджия) терезесінен немесе есігінен жерге секіресіз;
- 3) шыны сынықтарына зақымданып қалмас үшін, терезеден алысырақ шегінесіз;
- 4) «қорғаныш сөмкесін» дайындап, өзіңізбен бірге алып, көшеге жүгіріп шығасыз;
- 5) дереу балаларды алып, мүмкіндігінше тезірек көшеге жүгіріп шығасыз.

6. Сіз орманда тасқын суға тап болдыңыз. Сіз:

- 1) кез-келген ағашқа немесе бұтаға шығып, оларға түрлі-түсті мата ілуге тырысасыз;
- 2) қурайларды сындырып, судағы адам ұстап шыға алатындай етіп олардың шоғын байлайсыз, аяқ-киім мен тар киіміңізді шешіп, жүзе отырып, құрғақ жерге шығуға тырысасыз;
- 3) бұтақты ағашқа шығасыз немесе жақын тұрған ағаштың дінгегінен ұстап, көмек күтесіз;
- 4) орныңызда қалып, көмек күтесіз;
- 5) жүзе отырып, құрғақ жерге дейін жетуге тырысасыз.

7. Сіз егістік жерде тасқын суға тап болдыңыз. Сіз:

- 1) киім мен аяқ-киіміңізді шешіп, судың көтерілуін күтіп, ағыс бойынша жүзесіз;
- 2) жылжып келе жатқан ағыннан 45° бұрышта қашуға тырысасыз;
- 3) егер жақын арада шөптің маясы немесе сабандар шөмелесі болса, соларға шығасыз;
- 4) дереу дөң жерге шығасыз;
- 5) орныңызда қалып, көмек күтесіз.

8. Дауыл қаупі туған кезде тұрғындардың әрекеті қандай болуы керек?

- 1) өртке қарсы қауіпсіздік шараларын қабылдау;
- 2) шатырдағы және желдету есіктерін жабу;
- 3) ұшатын заттарды бекіту;
- 4) сенімді және мықты тасада қалу керек;
- 5) басқа тұрғын аймаққа кетуге талпынып көру.

9. Химиялық қаупі бар апаттар кезінде тұрғындардың әрекеті қандай?

- 1) құжат, ақша, заттарыңызды алып, көрсетілген маршрут бойынша қауіпсіз аймаққа шығу;
- 2) пәтеріңізді тығыз бекітіп, үйде қаласыз;
- 3) үйде қалу.

10. «Құрбандылық» іс-әрекеті – бұл:

- 1) тұрғындарды ескертуге бағытталған адамның іс-әрекеті;
- 2) қылмыс құрбанына айналуына себепші болатын адамның іс-әрекеті;
- 3) көше мен тұрмыстағы қауіпсіздік іс-әрекеті.

11. Сіз таныс емес қалаға іс-сапарға келдіңіз. Жеке қауіпсіздігіңізді қамтамасыз ету үшін:

- 1) қолайсыз оқиғаларға тап болмау үшін қала картасын қолданасыз;
- 2) барлық ақшаларыңыз бен құнды заттарыңызды құжаттарыңызбен бірге ішкі қалтаңызда әрдайым бірге алып жүресіз;
- 3) әзірге жұмсайтын аздаған ақшаңызды жеке, ал қалғанын түймеленетін ішкі қалтаңызда сақтайсыз.

12. Сізді пышақпен қорқытып, ақша талап етіп, қылмыскерлер тоқтатты. Сіздің әрекетіңіз:

- 1) ойланбастан айқаса кетесіз;
- 2) өзіңізге физикалық күштеу көрсетпеулері үшін қарсыласпайсыз;
- 3) алдымен қолданатын күш түрі мен оның салдарын сарапқа саласыз.

13. Сіздің телефоныңыз шырылдады. Сөйлеп тұрған кім? Үнсіздік. Осылайша бірнеше рет. Егер күндіз болса жарайды, ал түнде ше? Мұндай қоңыраулар кез-келген адамды ашу-ызаға шақырады. Мүмкін, әрине, қандай да бір уақытқа телефоныңызды өшіріп қоюға болады, дегенмен барлығында бірдей мұндай мүмкіндік жоқ. Сізді мазалайтын қоңыраулар апталап, тіпті айлап жиі соғылады, ал телефон тұтқасында ғайбат сөздер мен айыптаулар, жаман сөздер жиі айтылады. Бұл жағдайда сіз:

- 1) телефондағы бұзақылармен ұрыс-керіске түсесіз;
- 2) телефон тұтқасын аппараттың жанына қойып, ал өзіңіз басқа телефоннан телефон түйініне қоңырау шаласыз;
- 3) жеке сөйлесіп, мәселені шешу үшін кездесуге шақырасыз.

14. Сіздің үйіңізге қарама-қарсы жерде бұзақылық іс-әрекет болып жатқанын байқадыңыз. Сіздің әрекетіңіз:

- 1) қарсыласып жатқан жақтың іс-әрекетін бақылайсыз;
- 2) көршілерді көмекке шақырып, олармен бірге бұзақылардың әрекетін тоқтатуға тырысасыз;
- 3) милиция шақырып, көршілерді көмекке шақырасыз және милиция келгенше көршілермен бірге бұзақыларды ұстауға тырысасыз.

15. Сіз үйге кеш қайтасыз. Жолда сізді әжуа және дөрекі сөздермен тиіскен бір топ бозбалаларға кезіктіңіз. Сіз не істейсіз?

- 1) олармен қатарласып, бозбалаларды тыныштандыруға тырысасыз;
- 2) олардың дөрекі, әжуа сөздеріне еш жауап бермей, арандатуына қарамастан, алдын-ала көшенің қарама-қарсы бағытына өтесіз;
- 3) тез қарсы бағытқа бұрылып, қашуға дайындалып, қадамыңызды тездетесіз.

16. Қару қолдануға байланысты экстремалды жағдайда сіз қашуға шешім қабылдадыңыз. Сіздің әрекетіңіз:

- 1) қауіпті адамнан перпендикуляр бағыт бойынша қашуға тырысасыз;
- 2) одан оңнан солға қарай бағытта қашасыз;
- 3) солдан оңға қашуға тырысасыз.

17. Сізге күш қолданатын экстремалды жағдайда, сіздің әрекетіңіз:

- 1) егер күш көрсетушінің ызалы іс-әрекетін көрсеңіз қашасыз;
- 2) қорыққан сыңай танытып, оның сізді тиіспеуін өтінесіз;

3) қорқып тұрғаныңызды еш білдірмей, өзіңізді сенімді ұстап, әрекетті бір қалыпта ұстап қалуға тырысасыз.

18. Сіз көптеген адамдар тобы жиналатын іс-шараға (демонстрация, митинг, концерт, дискотека, футбол) барамын деп шештіңіз. Сіз:

- 1) өзіңізбен бірге балаларды аласыз;
- 2) өзіңізбен бірге үшкір заттар (шаншитын немесе кесетін) аласыз;
- 3) өзіңізбен бірге сіздің тұлға екеніңізді дәлелдейтін құжат пен ақша аласыз.

19. Сізді тұтқынға алған жағдайда, сіздің әрекетіңіз?

20. Сізге қоңырау шалып, сіздің үйіңізге жарылғыш зат қойылғандығы туралы хабарлайды. Сіздің әрекетіңіз:

- 1) тұтқаны қойып, бұзақымен сөйлеспейсіз;
- 2) ұзағырақ әңгімеге тартуға тырысасыз.

Экспресс-тестілеу «ТЖ»

1. Төтенше жағдайларды жою дегеніміз:

- а) төтенше жағдайлар туындаған жағдайда жүргізілетін апаттық-құтқару және басқа да шұғыл жұмыстар;
- б) төтенше жағдай қаупі туындағанда күш-құралдарды алдын-ала дайындау;
- в) төтенше жағдайларда халықтың өмірін қамтамасыз ету үшін материалдық-техникалық және қаржылық қорын құру;
- с) АҚ құру;
- д) ҚР-ның жаңа заңнамасын енгізу.

2. Төтенше жағдайларды жою және алдын алу бойынша нақты тапсырмаларды шешу үшін құрылған күштер мен құралдардың басқару органдарының жиынтығы қалай аталады?

- а) АҚ-тың азаматтық ұйымдары;
- б) апатты-құтқару құрылымдары;
- в) апатты-құтқару қызметі;
- с) жол-көліктік;
- д) жергілікті ұйым.

3. Төтенше жағдайларды жою кезінде мемлекеттің қаржылық және материалдық ресурстарының қандай түрлері жұмылдырылады?

- а) жергілікті төтенше жағдай кезінде;
- б) жергілікті мағынасы бар төтенше жағдай кезінде;
- в) кең көлемді немесе өзіндік ерекше сипаттамалары бар төтенше жағдайлар кезінде;
- с) ЖКО (ДТП) жағдайында;
- д) жергілікті техникалық жағдай кезінде.

4. Қай кезде төтенше жағдайлар жойылған деп саналады?

- а) адамдардың өмірі мен денсаулығына тигізілетін қауіптің белгілі деңгейге дейін төмендеуі;
- б) адамдардың өмірі мен денсаулығына тікелей қауіп жойылғанда, зақымдау факторларының әсері шектелгенде, адамдар өмірінің қауіпсіздігі ұйымдастырылғанда;
- в) адамдар өмірінің қауіпсіздігі ұйымдастырылғанда, зақымдау факторлары әсері жойылғанда;
- с) материалдық базаға зақымдау факторларының әсері;
- д) жаңа заңдарды енгізу.

5. Төтенше жағдайда тыңшылық қалай ұйымдастырылады?

- а) төтенше жағдайлар кезінде оқиғаны айқындау үшін, апаттық-құтқару және басқа да кезек күттірмейтін жұмыстардан бұрын жүргізіледі;
- б) ұйымдастырылады және жұмыс толық аяқталғанша үздіксіз жүргізіліп отырылады;
- в) тынымсыз жұмыс барысында жағдайларды анықтау;
- с) апаттық-құтқару және басқа да кезек күттірмейтін жұмыстар барысында жедел басқару;
- д) нақты ТЖ мен оның салдарына дайындалу;

6. Барлаудың қай түрінің міндетіне жолдар, ғимараттар мен құрылымдар, коммуналды-энергетикалық желілердің бұзылуының сипаттамасын белгілеу кіреді?

- а) жалпы;
- б) өрт;
- в) инженерлік;
- с) өнеркәсіптік;
- д) жергілікті ұйымдар.

7. Апат немесе зілзала әсерінен туындайтын экономикалық шығын деңгейінің мүмкін мөлшері қалай аталады?

- а) қауіптілік;
- б) тәуекелділік;
- в) осалдылық;
- с) экономикалық шығын;
- д) ТЖ.

8. Төтенше жағдай қауіптілігін бағалаудың қандай әдісі бағалау объектісін аз зерттелуінен немесе мәліметтер толық болмаған кезде қолданылады?

- а) экономика-статистикалық;
- б) біріктірілген (комбинированный);
- в) эксперттік бағалау;

- с) мемлекеттік;
- д) жеке.

9. Стихиялық апаттар зардаптарын жою үрдісінде қажетті дәрі-дәрмектер мен құрал-жабдықтарды сатып алу шығындары экономикалық шығынның қай түріне жатады?

- а) жанама;
- б) тікелей;
- в) экономикалық шығынға жатпайды;
- с) бір жақты;
- д) дұрыс жауабы жоқ.

10. Өндірістік нысанның қауіптіліктері көрсетілетін, технологиялық, ұйымдастырушылық және техникалық ақпараттары бар құжат қалай аталады?

- а) мемлекеттік экспертиза шешімі;
- б) декларация;
- в) лицензия;
- с) жергілікті басқару;
- д) барлық жауабы дұрыс.

11. Төтенше жағдайларды жою мен алдын алуға жұмсалған қоғамдық ресурстар шығынын жабу қалай аталады?

- а) материалдық қамтамасыз ету;
- б) өмірін қамтамасыз ету;
- в) техникалық қамтамасыз ету;
- с) қаржылық қамтамасыз ету;
- д) дұрыс жауабы жоқ.

12. ТЖРК (Төтенше жағдайлар жөніндегі республикалық кеңес) материалдық-техникалық және қаржылық ұйымдастырудың ескерту шараларын кім қаржыландырады?

- а) мақсатты бюджеттік қаржыландыру;
- б) алдын-ала құрылатын төтенше резервтегі қорлар;
- в) өзіндік қаржыландыру;
- с) қаржыландыру жүргізілмейді;
- д) басқару ұйымдарының басшылары.

13. Әскери төтенше жағдайлардағы екіншілік зақымдау факторлары дегеніміз:

- а) жарақаттар және жарықшақтармен зақымдану, зақымдау құралдарымен тікелей әсер ету салдарынан радиациялық және химиялық зақымдану;
- б) химиялық, биологиялық, радиациялық зақымдау ошақтары, әлеуметті қауіпті объектілер мен гидродинамикалық ғимараттардың бұзылуы нәтижесінде туындайтын өрттер;

- в) су-энергетикалық құралдары, медициналық көмек жүйесінің бұзылуы, баспаналардың қирауы;
- с) радиациялық зақымдану;
- д) потенциалды қауіпті объектілердің бұзылуы.

14. Әсері ядроішілік энергияны пайдалануға негізделген оқ-дәрілер қарудың қай түріне жатады?

- а) ядролық;
- б) жай зақымдау құралдары;
- в) химиялық;
- с) биологиялық;
- д) радиациялық.

15. ӨжҚО (өрт және жарылу қауіпі бар объектілер) – апаты кезіндегі жанама зақымдау факторларына не жатады?

- а) ұшатын сынықтар, шынылар және т.б;
- б) екпінді толқын;
- в) жарық және жылу шығару;
- с) радиация;
- д) биологиялық қару.

2.2 Тақырып Жаппай зақымдау қарулары және құтқару жұмыстары

1. Радиацияға қарсы әсері бар көптеген дәрі-дәрмектер адам ағзасының барлық жасушасы мен ұлпасы сәулеленгенге дейін енгізіледі. Дәрі-дәрмектерді қабылдау уақыты оларды ағзаға қабылдау әдісіне байланысты анықталады:

I. Таблетка түріндегі препараттар қолданылады:

- 1) 15-20 мин бұрын;
- 2) 30-40 мин;
- 3) мүмкін болатын сәулеленуге дейін 1-2 сағ бұрын.

II. Бұлшықетке дәрі енгізу жолымен қолданылатын препараттар:

- 1) 5 мин бұрын;
- 2) 10 мин;
- 3) сәулеленуге дейін 30 мин бұрын.

2. Уландыру қасиеті бар заттар азық-түлікке белгілі бір тереңдікте енеді. Улағыш заттармен зақымданған азық-түліктерді қалай қолдануға болады?

- 1) 30 мин бойы қайнатқаннан кейін;
- 2) 1 сағ бойы суда ұстағаннан кейін;
- 3) өңдеуге сәйкес құрылғылар көмегімен мамандардың тексеруінен кейін.

Авариялы-химиялық қауіпті заттардың (АХҚЗ) сәйкестігі мен зақымдау белгілерін көрсетіңіз:

- 1) хлор;
- 2) аммиак;
- 3) күкіртті ангидрид.

Зақымдау белгілері:

- а) миоз (қарашықтардың тарылуы), қорқу, демнің тарылуы, кеуде тұсының ауруы;
- б) ауызға күйік және металдық дәмнің келуі, лоқсу, бас ауыруы, ендікпе, құрысулар; өлім жүрек бұлшықетінің сал болуынан басталады;
- в) орталық жүйке жүйесінің қозуы, құрысулар, терінің күйюі; өлім өкпенің ісінуінен басталады;
- г) тыныс алу жолдарының тітіркенуі, өкпенің ісінуі; жоғары концентрацияда өлім 1-2 рет дем алғаннан кейін басталады;
- д) тыныс алу жолдарының тітіркенуі, көздің қасаң қабығының қарауытуы; өлім өкпедегі қанайналымның күрт тоқтауынан басталады;
- е) қыжыл, көз бен кеуде тұсының ауыруы, көздің жасаурауы, жөтел, тұмау, ерекшелігі – қайта зақымданудан қорқу.

3. Йод профилактикасын жүргізгенде қойылатын басты мақсат:

- 1) рубидий және цезий радиоизотоптарының жұтылуын ескерту;
- 2) қалқанша безінің зақымдануына жол бермеу;
- 3) барий және стронций радиоизотоптарының жұтылуын ескерту;
- 4) ағзадан йод, цезий және стронций радиоизотоптарын шығару;
- 5) қанайналым жүйесінің зақымдануына жол бермеу.

4. Келесі әрекеттер нәтижесінен зақымданған сүттегі стронций-90 және цезий-137 нөлге тең болса, ал йод-131 ондық үлестегі пайызға дейін төмендейді:

- 1) қайнату;
- 2) сепараттау;
- 3) иондық-алмасу шайыры қабаты арқылы өткізу;
- 4) сепараттау, қаймақ алу, май алу және оны қорытылған май алу үшін қайта өңдеу;
- 5) ЦМ-А2 талшығының целлюлозалы шоғы арқылы жүруі;

5. Йод-131 жұтылған етті тағамға қолдануға:

- 1) болмайды;
- 2) болады, оны суға батырып алғаннан кейін;
- 3) болады, оны тоңазытқышта 3 айға дейін сақтағаннан кейін;
- 4) болады, аздаған мөлшерде ғана;
- 5) болады, суда қайнатқаннан кейін ғана.

6. Азот диоксидінен, хлорлы метилден, көміртек оксидінен, этилен оксидінен қорғауды қамтамасыз етеді:

- 1) газқағар ГП-7;

- 2) ДПГ-3 жиынтықта газқағар ГП-5;
- 3) ДПГ-1 жиынтықта газқағар ГП-7;
- 4) газқағар ПДФ-7;
- 5) респиратор У-2К.

7. Кәсіпорындардың дабылы мен ысқырығын естігеннен кейін, сіз:

- 1) жеке қорғану құралдарын киіп, көшеге жүгіріп шығасыз;
- 2) жарықты, газды, суды өшіріп, керекті заттарыңызды алып, көшеге шығасыз;
- 3) дереу балаларды киіндіріп, жеке қорғану құралдарын, қажетті заттарыңызды, қосымша азық-түлік алып, жарықты, газды, суды өшіріп, пәтеріңізден кетесіз;
- 4) артығымен су, азық-түлік алып, пәтеріңізді герметикалық түрде жабасыз;
- 5) теледидарды, радиоқабылдағышты, радиохабарлау желісінің репродукторын дереу қосып, АҚ басқару органының ақпаратын тыңдайсыз;

8. АИ-2 жеке дәрі қорапшасы арналған:

- 1) радиациялық зақымданудан кейін туындайтын асқазан-ішек жұмысының бұзылулары, фосфорорганикалық УЗ-дан уланудан ескерту үшін;
- 2) инфекциялық аурулардың алдын алу шаралары, қалқанша безде радиобелсенді йодтың жинақталуынан сақтану үшін;
- 3) жарақаттану мен күйік шалғанда өзіне және өзгелерге көмек көрсету (ауыруды басу үшін), РЗ, УЗ немесе АХҚЗ-мен зақымданудың алдын алу немесе жеңілдету үшін;
- 4) бас жарақатын алғанда, ми шайқалғанда, инфекциялық аурулармен ауыруы кезінде өзіне және өзгелерге көмек көрсету үшін алдын алу мақсатында;
- 5) жарақаттану мен күйік шалғанда өзіне және өзгелерге көмек көрсет (ауыруды басу үшін), РЗ, УЗ немесе АХҚЗ-мен зақымданудың алдын алу немесе жеңілдету үшін, сондай-ақ инфекциялық ауырудың алдын алу мақсатында.

9. Ядролық зақымдану ошағынан зақымданбаған аймаққа шыққаннан кейін, қандай тәртіппен әрекет жасау керек:

- 1) аяқ-киімді тазалап, оны ылғалды шүберекпен сүртесіз;
- 2) газқағарды шешіп, оны катерсіздендіру;
- 3) қолғабыңызды шешіп, оны қағып, ерітіндіге батырылған шүберекпен сүртесіз;
- 4) дозиметриялық бақылаудан өтесіз;

- 5)сырт киіміңізді шешіп, арқаңызбен желге қарсы тұрып, абайлап шаңды қағасыз да, жіпке іліп, жоғарыдан төмен сыпырғышпен, щеткамен сыпырасыз және қалған шаңды ағашпен қағасыз;
- б)теріні жеке қорғау құралдарын шешу;
- 7)қолды сабындап жуып, тырнақты тазалап, бетті, дененің ашық бөліктерін жуып, ауызды, мұрын мен тамақты таза сумен шайып, көзді жуасыз;
- 8)киім мен іш-киіміңізді ағынды сумен шаясыз;
- 9)толық санитарлық тазалаудан өтесіз;
- 10)қайтадан дозиметрлік бақылаудан өтесіз.

10.Сабынды-майлы эмульсияны дайындау тәртібінің сәйкестілігін көрсетіңіз:

- 1) кір сабынның мөлшері:
 - а) 150-200 г;
 - б) 250-300 г;
 - в) 200-250 г ұсақталады;
- 2) оны ерітеді:
 - а) 1 л суда;
 - б) 1,5 л суда;
 - в) 2 л суда;
- 3) қыздырылады:
 - а) қайнағанша;
 - б) температура 50-60 °С;
 - в) температура 6-70 °С.
- 4) сабынды еріткеннен кейін ыстық ерітіндіге минералды немесе өсімдік майының құйылатын мөлшері:
 - а) 1 л;
 - б) 0,5 л;
 - в) 0,8 л.
- 5) қоспаны араластырады:
 - а) 10 мин;
 - б) 15 мин;
 - в) 5 мин және біртекті эмульсия алғанша қайта қыздырады.

11. Іс-шаралардың сәйкестігі мен оның мазмұнын көрсетіңіз:

Эвакуациялық іс-шаралардың түрлері:

- 1) эвакуация;
- 2) бытырап орналасу;
- 3) экстремалдық эвакуация.

Эвакуациялық іс-шаралардың мазмұны:

- а)ТЖ аймағынан жұмысшыларды, ұйымдар мен кәсіпорындар қызметкерлерін көлікпен немесе жаяу жүру тәртібімен қала мен оған жақын мандағы елді-мекендерге ұйымдасқан түрде көшіру;

б) ТЖ туындаған жағдайда ЖОО студенттерін, ПТУ, техникум, мектеп, интернат, мамандандырылған балалар мекемелерінің оқушыларын, зейнеткерлер мен науқастарды ұйымдасқан түрде шығару үшін, АҚ-тың ТЖ ұйымдарының арнайы көрсетуімен жүргізіледі;

в) қатты бұзылған және су апаттары аймағындағы жұмысқа қабілетсіз тұрғындарды ірі қалалар мен басқа тұрғылықты пункттерге ауыстыру, жұмыскерлер мен қызмет нысандарын, оларды қала сырты аймағына көшіруді ұйымдастыру немесе олардың жұмысын төтенше жағдай кезінде уақытша тоқтату;

г) әдетте, тез апатқа айналатын төтенше жағдай орын алғанда, мысалы орман өрті елді мекенге жақындағанда, химиялық қауіпті объектерде (ХҚО) авария және т.с кезінде жаппай хабарландыру;

д) қатты бұзылған және су апаттары аймағынан елді-мекендердегі жұмыстан босатылған жұмысшылар мен нысана жұмысшыларын және жұмысын жалғастыра отырып, қала сырты аймағына көшіріледі.

12. Сәйкестілікті көрсетіңіз:

Залалсыздандыру түрлері:

- 1) дезактивация;
- 2) дегазация;
- 3) дезинфекция;
- 4) дезинсекция;
- 5) дератизация.

Залалсыздандырудың мазмұны:

а) инфекциялық ауру тасымалдайтын жәндіктерді жою;

б) инфекциялық ауруларды тасымалдайтын кеміргіш тышқандарды жою;

в) АХҚЗ (авариялы-химиялық қауіпті заттар) мен УЗ-ды (улағыш заттар) беткі қабаттан зақымдау дәрежесі қалыпты жағдайдан төмендегенше немесе толық жойылғанша жою (бейтараптау);

г) қоршаған ортадағы жұқпалы аурулардың қоздырғыштарын жою;

д) адамдардың зақымдануы мен олардың қауіпсіздігін қамтамасыз ету үшін, зақымданған нысаннан радиобелсенді заттарды жою;

е) адамдарды санитарлық тазалаудан өткізу;

ж) жеке қорғау құралдарын, аяқ-киімін, киімдерін тазарту.

13. Радиобелсенді заттармен зақымданғанда санитарлық тазалау келесі реттілікпен орындалады:

1) ылғал шүберекпен аяқ-киімді сүрту;

2) газқағардың беткі жағын сүртіп, содан соң оны шешеді;

3) бетті жуып, ауыз бен тамақты шаяды;

4) киімді шешіп, қағады, ашық бөліктерді, қол мен мойынды жуады.

14. Аяқ пен қол терісін қорғаудың қарапайым құралдарына жатады:

- 1) оқшаулағыш химиялық жинағы ОХЖ-4

- 2) өндірістік киім;
- 3) жалпы әскери қорғаныш жинағы ЖҚЖ;
- 4) резеңке жамылғылар мен жадағайлар;
- 5) спорттық киім, курткалар, джинси киімі;
- 6) резеңке етіктер;
- 7) былғарыдан тігілген аяқ-киім;
- 8) трикотаж қолғаптары;
- 9) резеңке, былғары қолғаптары;
- 10) брезент қолғаптары;
- 11) сәйкес өңдеуден кейін джинси киімі, спорттық киімдер.

15. Сіз ет комбинатына жақын жерде тұрасыз. АХҚЗ қалдығының салдарынан туындаған ет комбинатындағы апаттың нәтижесінде зардап шеккендерге және отбасыңыз бен оның мүшелеріне алғашқы медициналық көмек көрсету үшін, үй дәрі қорапшасында болу керек:

- 1) отбасы мүшелерінің санына қарай тыныс алу мүшелерін қорғау үшін мақталы-дәкеден жасалған таңғыштар;
- 2) МДТ (мақталы-дәке таңғышы) сулау үшін 2 %-дық сода ерітіндісі;
- 3) МДТ сулау үшін 5 %-дық лимон қышқылының ерітіндісі;
- 4) ингаляция үшін 10%-дық ментолдың хлороформдағы ерітіндісі;
- 5) көзді жуу үшін 2 %-дық бор қышқылының ерітіндісі;
- 6) көзге тамызу үшін 30%-дық альбуцид ерітіндісі;
- 7) мұрынға тамызу үшін зәйтүн және шабдалы майлары;
- 8) ингаляция үшін мүсәтір спирті;
- 9) дем алу үшін 30 %-дық этил спирті;
- 10) көзді жуу үшін 0,5-1%-дық алюминий-калийлі ашудас ерітіндісі.

16. Дұрыс жауапты көрсетіңіз.

Сіз сабақ жүргізіп жатырсыз. Білім алушылардың бірі мүсәтірдің өткір иісін сезіп қалды, екіншісі тыныс алуының нашарлап бара жатқанын ескертті, сіз де көзіңіздің ашып бара жатқанын сездіңіз. Сіздің кабинетіңіз үшінші қабатта, сіздің әрекетіңіз:

- 1)балалардың қауіпсіздігін қамтамасыз ету үшін, себептері анықталғанша сыныптан шығып кетесіз;
- 2)тез және ұйымдасқан түрде балаларды төртінші қабатқа шығарасыз;
- 3)зардап шегушілерге алғашқы медициналық көмек көрсеткен соң, оларды мектептің медициналық пунктіне жібересіз, ал қалған оқушылармен кабинетті герметикалауға кірісесіз;
- 4)балаларларды эвакуацияның тәртібі туралы әкімшіліктің нұсқауын күтесіз;
- 5)қабаттың эвакуациялық жоспарында көрсетілген маршрут бойынша ұйымдасқан түрде балаларды көшеге шығарасыз;
- 6)кабинеттің барлық терезе мен есіктерін ашып, ғимаратты тексеруге тырысасыз.

17. Дұрыс жауапты көрсетіңіз.

Балалар саябақта серуендеп жүріп көздері қыши бастағандығына шағымдана бастады. Кейбіреуінде құрғақ азапты жөтел пайда болды, ал сізде төстің артқы жағында қатты шаншып ауру сезімі байқалды. АХҚЗ-мен зақымданудың белгілерін ескере отырып, сіздің әрекетіңіз:

- 1) тез және ұйымдасқан түрде балаларды саябақтан шығарып, оларды жақын маңдағы ғимараттың жертөлесінде ұстайсыз;
- 2) желдің бағытын анықтай отырып, балалармен желге қарсы бағытта жүре отырып, саябақтан шығарасыз;
- 3) неғұрлым қысқа жолмен балаларды саябақтан шығарып, көп қабатты ғимараттың жоғарғы қабатында ұстайсыз;
- 4) балаларға аузы мен мұрнын бет орамалмен, шарфпен және т.б заттармен жабуды бұйырасыз және желдің бағытын анықтай отырып, балаларды саябақтан желге қарсы бағытта шығарасыз;
- 5) балаларды қатармен тұрғызып, оларды мұрны мен аузын бет орамалмен немесе басқа да маталармен жабуды бұйырасыз және желдің бағыты бойында АХҚЗ-дың конденсациясы аз болатындығын ескере отырып, оларды желдің бағытымен саябақтан шығарасыз.

18. Тасқын кезінде құтқару операциясының құрамындасыз. Сіз судағы бірнеше адамды байқадыңыз. Бірінші кезекте сіз қайықтың бортына кімді аласыз?

- 1) дереу көмекті қажет ететін адамды, ал қалғандарына құтқару құралдарын бересіз;
- 2) балалар мен қарттарды, ал қалғандарына құтқару құралдарын бересіз;
- 3) дереу көмекті қажет ететін адамды, сондай-ақ балалар мен қарттарды, ал қалғандарына құтқару құралдарын бересіз;
- 4) әйелдер, балалар, қарттарды, сондай-ақ дереу көмекті қажет ететіндерді, ал қалғандарына құтқару құралдарын бересіз;
- 5) балалар мен дереу құтқаруды қажет ететін адамдарды, ал қалғандарына құтқару құралдарын бересіз.

19. «Барлығының назарына!» деген дабылды естігеннен кейінгі халықтың іс-әрекеті:

- 1) радио- және телевизиялық кабылдағыштарды қосу;
- 2) панаханаға бару;
- 3) эвакуацияға дайындалу.

20. Радиоактивті зақымдауға ұшыраған аймақтан терілген қызанақ, қияр және шалғамдардың қауіпсіз қолданысы үшін, міндетті түрде:

- 1) мұқият оларды жуу;
- 2) сабағын бөлу;
- 3) мұқият жуып, сабағын бөліп және кептіру;
- 4) мұқият жуып, сабағын бөліп, жоғарғы бөлігін алып тастайсыз;

5) мұқият жуып және сабағын бөлу.

2.3 Тақырып Өртке қарсы шаралар

1. Сіздің пәтеріңізде (саяжайда) өрт шықты. Жанұяңызды эвакуациялап, өрт сөндірушілерді шақырғаннан кейін, кімге хабарлайсыз?

- 1) милицияға;
- 2) жедел жәрдемге;
- 3) көршілерге.

2. Егер есіктің сыртында өрт болып жатса, есіктің астындағы саңылауды неліктен бітеу керек?

- 1) өрттің шуын тоқтату керек;
- 2) түтіннің бөлмеге енуіне кедергі жасау;
- 3) есіктің астынан ыстық енбеуі үшін.

3. Үйге кешкісін кеш келдіңіз. Сіз газдың иісін сездіңіз. Сіз:

- 1) жарықты қосып, «04» нөміріне қоңырау шаласыз;
- 2) көршілерге хабарлап, сол жерден газ мекемесіне қоңырау шаласыз;
- 3) терезені ашып, газды бекітесіз. Егер газдың иісі кетпесе, көршілерден «104» нөміріне қоңырау шаласыз.

4. Тамақ дайындау барысында табадағы май қатты қызып кетті. Сіз:

- 1) газды өшіресіз. Табаны қақпағымен жабасыз;
- 2) алдымен газды өшіріп, табаға дымқыл мата жабасыз;
- 3) табаға су құясыз.

5. Газ плитасында тамақ дайындау барысында (суды қайнатып) сіз асханадан шығып кеттіңіз. Қайтып келгеніңізде су тасып, оттың өшіп қалғанын байқадыңыз. Сіз:

- 1) дереу отты жағуға тырысасыз;
- 2) газды өшіріп, содан соң барып газды қосуға тырысасыз;
- 3) газды өшіресіз. Терезені ашып, ауаны тазартқаннан кейін барып, газды қосуға тырысасыз.

6. Теледидар көріп отырғаныңызда теледидарыңыздың түтіндегенін байқадыңыз. Сіз:

- 1) теледидарға су құясыз;
- 2) дереу тоқ көзінен ажыратып, содан соң өшіруге тырысасыз;
- 3) теледидарға қалың сулы матаны жабасыз.

7. Байқаусызда адам үсті жанғанда, өртті қалай тезірек өшіруге болады?

- 1) оның үстіне су құясыз;
- 2) жерге жатқызып, оны ауната отырып, өртті өшіруге тырысасыз;

3) жерге жатқызып, қалың матамен жабасыз.

8. Сіз өз қабатыңызда лифтке жақындап, шақыру тетігін бастыңыз. Лифтте көмек сұраған дауысты естідіңіз. Лифтте қалып қойғандармен сөйлесе отырып, қысқа тұйықталу нәтижесінде олардың лифтте қабаттар арасында тұрып қалғанын анықтадыңыз. Ал кабинада түтіннің иісі байқалды. Сіз лифтте қалып қойғандарға қандай кеңес бересіз?

- 1) лифт кабинасында секіруге;
- 2) қолшатырмен, кілтпен немесе басқа да заттармен лифттің есігін ашып, сыртқа шығуға;
- 3) авария мекемесі келгенше төзімділік пен шыдамдылық танытуға.

9. Жаңа жылдық мереке кезінде электр гирляндтары әсерінен шырша жанып кетті. Сіз:

- 1) электр гирляндты тоқ көзінен ажыратып, өшіруге тырысасыз;
- 2) электр гирляндты тоқ көзінен ажыратып, шыршаны еденге құлатып, қалың матамен жауып, су құясыз;
- 3) өрт күзетін шақырып, пәтерден балаларды, қонақтар мен қарт кісілерді шығарасыз.

10. Сіз серуендеуге шығайын деп есікке жақындағанда түтіннің иісін сездіңіз, есікке қолыңызды тигізгенде жылы. Сіз:

- 1) жану көзіне көз жеткізу үшін есікті ашасыз;
- 2) іштен есікке су құйып, ал сырттағы өртті өшіру үшін өрт сөндіру мекемесі мен көршілерге қоңырау шаласыз;
- 3) өрт сөндірушілерді шақырасыз.

11. Орман өрті аймағынан шығу үшін, сіз:

- 1) тыныс алу ағзаларын суға батырылған мата, дәке таңғышымен жауып, желдің бағытымен жүресіз;
- 2) жел жақ тарапқа өрт шетінің перпендикуляр бағытымен, ашық кеңістікпен: жолдар, алаңдар, жылғалар мен өзендер жағалаулары, сондай-ақ жапырақты орман жерлерімен жүресіз;
- 3) орман өзендері ағысының бойымен, жолды таяқпен байқап отырып, мүмкіндігінше жел бағытына қарсы бағытпен немесе оған 45° бұрышпен жүресіз;
- 4) желге қарсы жүресіз;
- 5) бас пен бетіңізді киіммен жауып, өрттің шетінен желге қарсы шығып жүресіз.

12. Орман өрті алдыңғы шетін шарпу кезінде міндетті түрде:

- 1) от көзін ағаш бұтақтарынан жасалған сыпырғышпен жауып, оны от толық тоқтағанша ұстап тұру;

- 2)шағын жану ошақтарын аяқпен таптап, өрттің алдыңғы жиегіне қозғалу бағытына қарай отты сыпырып тастау;
- 3)өрт жанбаған орман ағаштарына жетпеуі үшін, жанып кеткен ауданнан жанған бөлшектерді өрт болған жерге сүйкеп ұру арқылы отты сыпырып тастау, аздаған от көздерін аяқпен таптау;
- 4)оларды суыту үшін қылқан жапырақтан жасалған сыпырғышпен жиі бұра отырып, өрттің ошағы бағытынан отты сыпырып тастау;
- 5)отты әр бағытқа ұнтақтай отырып, өрттің алдыңғы жиегі бойынша соққылар беру.

13.Жанып жатқан ғимараттан зардап шегушілерді құтқару барысында, сіздің әрекетіңіз:

- 1)жанып жатқан ғимаратқа ену барысында, басыңыздан бастап сулы көрпемен, қалың мата бөлшегімен немесе пальто (плащ) жамыласыз;
- 2)түтін мөлшері өте көп ғимаратта иіс газынан тыныс алу органдарын қорғау үшін Р-2 респираторын немесе 5%-дық лимон қышқылы ерітіндісіне батырылған мақталы-дәкеден жасалған таңғыш киесіз;
- 3)жану кезінде түзілетін улы заттардан және жоғары температурадан, түтіннен қорғану үшін резеңке етік пен қалың киім, ГП-5 газқағарын киесіз;
- 4)киімі жанып жатқан адамды тауып алғаннан кейін, оның үстіндегі өртті ОХП-Ю өрт сөндіргіші көмегімен өшіруге тырысып, содан соң барып, оны жанып жатқан ғимараттан эвакуациялайсыз;
- 5)жоғары дәрежедегі күйік алмас үшін, жанып жатқан ғимараттың есігін дереу ашасыз.

14. Шымтезекті батпақ жанып жатыр. Сіз:

- 1)оны жапырақты сыпырғыштардың орамасымен немесе өрттің алдыңғы жиегін топырақтың төгіндісімен өшіруге тырысасыз;
- 2)киіммен басыңызды жауып, абайлап оны айналып өтесіз;
- 3)алдыңыздағы жолды таяқпен немесе бұтақпен байқап, желге қарсы бағытпен оны айналып өтесіз;
- 4)түтін сізді басып озып, бағытыңыздан адастырмас үшін, желдің бағытымен жүріп отырасыз;
- 5)түтіндеу аймағынан мүмкіндігінше орман өзенінің, жылғаларының арнасын жағалай отырып, оны айналып өтесіз.

15. Орман өрті адамдар қоныстанған аймаққа жақындап келе жатыр. Сіз:

- 1)бұқаралық ақпарат құралдарының хабарламасын күтіп, жергілікті өкімет ұйымдары мен азаматтық қорғаныс (АҚ) штабының нұсқауларына сәйкес жұмыс істеу керек;
- 2)тастан жасалған ғимараттарға жасырынасыз немесе үлкен ашық алаңдарға, стадионға шығасыз;
- 3)өзен ағынын жағалай немесе тікелей су бойымен дереу кетесіз;

4)барлықтарыңыз бірге өрт аймағынан ашық алқапқа, өзенге немесе басқа да қауіпсіз жерге апаратын алыстау жолдарға шығасыз;

5)ең қажетті заттарды, құжаттарды, 2-3 күнге азық-түлік, су қорын алып, орман өрті аумағынан желге перпендикуляр бағытта қауіпсіз аймаққа шығасыз.

16. ОХП-10 өрт сөндіргішін қолдана отырып жанып тұрған тік беттегі өртті өшіру үшін, міндетті түрде:

1) тұтқасын жоғары көтеріп, тоқтағанша аунату, содан соң оны бірнеше рет селкілдетіп, түзілген көбік ағынын жанып жатқан бетке тікелей бағыттау керек;

2)тұтқасын жоғары көтеріп, тоқтағанша аунату, содан соң өрт сөндіргішті түбін жоғары қаратып аудару және түзілген көбік ағынын жанып жатқан беттің төменгі бөлігіне бағыттау;

3)түбін жоғары қаратып, түзілген көбік ағынын жанып жатқан беттің жоғарғы бөлігіне бағыттау керек;

4)тік бетте жанып жатқан электр сымдары болса, ең алдымен оларды негізгі жану көзі ретінде ескере отырып, өшіру;

5)түбі жоғары қаратылған өрт сөндіргіште көбік ағыны болмаса, қақпағын бұрап, бүркегішті тазалап, содан соң қақпағын бұрау, бірнеше рет өрт сөндіргішті шайқап, көбік ағыны пайда болған соң жоғарғы беттегі өртті өшіруге кірісу.

17. Зардап шегушінің үстіндегі жанып жатқан киімді өшіру барысында, міндетті түрде:

1)киім қалдығы мен кірді тазалауға тырысып, содан соң зақымданған жерді таза матамен жауып, салқын мұз басып, зардап шегушіге толық тыныштықты қамтамасыз етесіз;

2)күйген жерге кит, борсық, аю майларын жағасыз немесе крахмал, ұн сеуіп, содан соң күйген жерді стерильді матамен жауып, зардап шегушіге 2–3 таблетка анальгин беріп, көп мөлшерде су ішкізесіз;

3)денені қалған киімдерден, кірден тазалап, күйік әсерінен пайда болған көпіршіктерді жару, күйген жерді әлсіз калий перманганаты ерітіндісімен шайып, ал зақымданған жерді таза матамен жауып, жедел жәрдем келгенше зардап шегушіге толық тыныштықты қамтамасыз ету керек;

4)дененің күйген бөлігін таза матамен тығыз орайсыз немесе дәкемен таңып, қармен, мұзбен, салқын сумен толтырылған герметикалық сыйымдылықты матаның үстінен қойып, зардап шегушіге 2–3 таблетка анальгин беріп, көп мөлшердегі су ішкізесіз, жедел жәрдем келгенше зардап шегушіге толық тыныштықты қамтамасыз етесіз;

5)күйген жерді құрғақ стерильді матамен жауып, қармен, мұзбен немесе салқын сумен толтырылған полиэтилен пакетін, пластикалық бөтелкені күйген жерге матаның үстінен қоясыз, зардап шегушіге 2–3 таблетка

анальгин беріп, көп мөлшердегі су ішкізесіз, жедел жәрдем келгенше зардап шегушіге толық тыныштықты қамтамасыз етесіз.

18. Автобус салонында өрт туындаған жағдайдағы сіздің әрекетіңіз:

- а) терезедегі тығыздау бауын алып тастап, әйнекті жаншу немесе әйнекті сындыру, сынықтарын алып тастау;
- б) тыныс алу жолдарына улы газдардың енуіне жол бермеу үшін ауыз бен мұрынды орамалмен немесе жеңмен жабу керек;
- в) жүргізушіге өрттің болып жатқанын хабарлайсыз;
- г) салоннан шыққаннан кейін алысырақ кетесіз, себебі бактағы жанармай жарылыс беруі мүмкін;
- д) мүмкіндігінше салоннан шығуға тырысасыз;
- е) телефонмен немесе өтіп бара жатқан жүргізушілер арқылы өрт қызметкерлерін шақырасыз.

19. Бензин, дизельдік жанармай, лак, краска, басқа да әртүрлі өздігінен тұтанатын заттар, жоғары кернеудегі электр қондырғылары тұтанғанда, сондай-ақ төмен температурада өшіру үшін қандай өрт сөндіргіштер қолданылады?

- 1) ұнтақ тәрізді, аэрозольді;
- 2) барлық түрлерін;
- 3) көмірқышқылды, көбікті;
- 4) ұнтақ тәрізді, көмірқышқылды, көбікті;
- 5) көмірқышқылды, ұнтақ тәрізді;
- 6) аэрозольді, көмірқышқылды және көбікті.

20. Егістік алқабы жанып жатыр. Сіз:

- 1) өрттен қорғау қызметкерлерін шақырасыз, олар келгенше желдің бағытын анықтап, қарсы отты жібермей отты өшіруге өз бетіңізше тырысасыз;
- 2) ені 0,5-1 м жолақ түзе отырып, шалғымен, таяқпен немесе аяқпен өрт жолындағы масақты жерге жапыру;
- 3) әкелген күректерді пайдаланып, от жиегінің бойымен жерге ені 20-40 см етіп жаппй жолақ қазасыз;
- 4) оттың одан әрі лаулап, жоғарыға шарпып жанбауы үшін өртті бұтақтармен, дымқыл киімдермен басуға тырысасыз;
- 5) дереу біреуді жақын маңдағы елді-мекенге жұмсап, ал өзіңіз өрт ошағындағы ауыл шаруашылығы техникасын шығаруға тырысасыз.

2.4 Тақырып Алғашқы медициналық көмек

1. Соғыстың оныншы күні. Солдат Жданов және оның барлық батальоны әбден шаршады. «Ух, осы немістер! Оларға бәрі аз!» - деп ойлады ол. Бақтарына орай, соғыстың ұзақтығына қарамастан 123 атқыштар дивизиясының бірде-бір сержанты зардап шекпеді. Таңертең, әдеттегіше

немістер шабуыл жасады. Ждановтың қолын оқ жанап өтті, ал оның жолдасы, майор Сергеев қоян-қолтық шайқасу кезінде кеуде тұсын пышақ тіліп жіберді. Бөлімшеге дейін алыс және шегінуге де жол жоқ. Ол жейдесін жыртып, бірнеше бөліктерге бөліп, бұлақ суымен жараның бетін жуып, жолдасының және өзінің жарақаттанған жерін таңып қойды. Аздаған қадамдармен бөлімшеге қарай аяндады. Сергеев жолда есінен танып қалды (өте көп қан жоғалтты); ал Жданов тырысып бақты. Санитарлық бөлімде оларға алғашқы медициналық көмек көрсетіп, яғни қан ағуын тоқтатып, таңғыш қойды (алдымен дезинфекциялау дәрілерімен емдеді). Сергеевті Мәскеу қаласындағы госпитальға жіберді. Ал Ждановты ауруханаға жіберді. Оның жолы болды, қолына оқ өтіп кетпей, жанап қана кетті. Кейінірек медбике оның ерлігін біле тұрса да, оған бұлақтың, өзеннің және т.б суымен жараның аузын жууға болмайтындығы туралы ескерту жасады. Су таза болмауы мүмкін және жараға инфекция енуі мүмкін еді. Ол қолын бір сілтеп: «Жарайды, тірімін, емделемін. Ең бастысы сол кезде құтқарды!» Әртүрлі жарақат алу кезінде қандай алғашқы медициналық көмек көрсетіледі?

2. Кезекті дайындықты жіберіп алғым келмеді және оқытушы да басын шайқап, Ангелинаны бишілер тобынан шығарып жібергісі келетіндей ишара білдірді. Сондықтан сабаққа барған киіміммен бара салуға тура келді: жылы тоқылған свитер, жылы шалбар, қосымша түбіттен шұлық. Әдеттегіше форма алмадым, үлгерер деп ойлады, бірақ үлгермеді. Дайындық басталды, фламенко элементтерін жаттап тұрдық. Би қызды 15 минутта қажытып жіберді. Залды желдете алмайсың – қыздарға салқын тиюі мүмкін және өзің де ауру туғызуың мүмкін. Тағы да 20 минут өтті, хореограф Ангелинаның бозарып, аяққа әрең тұрғанын байқады. Ол оған уақытында жетіп барды. Қыз оның қолына құлай кетті. Барлығы дұрыс – бұл жылулық соққы. Белгілері де ұқсайды: бозару, есінен тану, қызуының жоғарылауы. Оны диванға жатқызып, мүсәтір спиртімен есін жинатты және салқын су ішкізіп, дымқыл орамалмен сүртті, сондай-ақ тыныштандыру үшін валериан тұнбасын (20 тамшы үштен бір стақан суға) берді. Уақыт өткен соң ол өзін жақсы сезінді. Дәрігер шақырып, ол келген соң қызды қарап, оны ауруханаға жатқызу қажет еместігін айтты. Қыздар Ангелинаны үйіне шығарып салды. Екі күн өткен соң, оның туылған күніне бишілер тобы оған спорттық киім: би сабағына киюге арналған шорт пен майка сыйлады. Дәрігерге дейінгі алғашқы медициналық көмек дұрыс көрсетілді ме? Есінен тану кезінде тағы қандай ұсыныстар бере аласыз?

3. Алматы балалық шағынан турникті жақсы көреді. Өскен соң ол осы іспен шындап айналысты. Ол түрлі пируэттер жасады. Бірде ол өміріне қауіпті күрделі трюкті жаттауға кірісті. Көтерілу, айналу... Екінші рет айналып қалып еді, кенеттен құлады. Иығының сынғанын сезіп тұр. Сау қолымен ол қалтасынан телефонын алып, дереу жедел жәрдемге қоңырау шалды. Олар дереу келіп бозбаланың ауырсынуын жеңілдетті. Оған транспорттық имобилизация жүргізді. Санитар иығын белгілеп, сынған бөлікті

жансыздандырып, алдын-ала дайындалған таңғыш қалақты білекке және шынтақ буынына тоқыма баумен бекітіп, ауруханаға жібереді. Нәтижесінде – 2 ай гипс, 4 ай сауықтыру қажет болды. Турник туралы ұмытты деп ойлайсыздар ма? Жоқ, әрине, ол қайта келіп, сүйікті ісін сатпады. Егер сол жерде жедел жәрдем келмесе қандай алғашқы медициналық көмек көрсетер едіңіз?

4. Химия сабағы – мектептегі ең қызықты пән. Әсіресе зертханалық сабақтар. Тұздар, сілтілер – барлығы қызықты. Осы жылы химия пәні тіпті әкімшілік қорқатын сотқар Васядан басталды. Бірінші сабақ – химия пәні бойынша зертханалық сабақ. Сабақтың тақырыбы: «Қышқылдар біздің өмірімізде». Ашып көруге ынтықтыратын көптеген шыны ыдыстар. Қауіпсіздік ережелері бойынша мұғалім тапсырмаларды түсіндіре бастады. Сыныптағы тыныштықты соңғы партадағы Вася қасындағы сыныптасымен сөз таластырып бұзды. Бірі қышқыл – бұл су, ол еш қауіпсіз, тіпті төгілсе де десе, ал Петя реактивтермен абай болу керек деп көндіруде. Бір мезетте Васяның абайсыз қозғалысының кесірінен тұз қышқылы құйылған бөтелке үстелдің қырына соғылып құлады да, сынып қалды. Қышқыл барлық жерге шашырады, киімге де, теріге де. Бәрінен бұрын Васяның көзі зардап шекті, көзі қышқылға күйіп қалды. Қышқылды және сілтілі химиялық күйде қандай алғашқы медициналық көмек көрсетіледі?

5. Лена өмір бойы парашюттен секіруді армандады. Ол 18 жасқа толғанда достары оған сыйлық ретінде секіру үшін сертификат сыйлады. Қуанышында шек жоқ! Парашютті жинақтау және дұрыс секіру үшін барлық қажетті білімді меңгеріп, ол ең бастысын күтті. Әйтеуір ол күн де келіп жетті. Тікұшақ жаңадан меңгерушілердің тобын аспанға әуелетті. Жүрегі су ете қалды. Қажетті биіктікке жеткенде ұшқыш бастауға болатындығын бұйырды. Нұсқаушы бес адамнан кезекпен шығарып отырды, кезек Ленада:

-Дайынсың ба?

-Әрдайым дайынмын! Сөйтіп секірді! Еш қорқынышсыз! Барлық сезімдерін сөзбен жеткізу мүмкін емес. Құстай әуеледі! Бақытына орай парашюті ашылды. Міне жер де жақын қалды. Бірақ аяқ астынан жел өзінің бағытын өзгертті, ал қыз бала бағыт ала алмай, оң жақ жіліншігін сындыра, «аяғымен алға» жерге түсті (сол аяғын бүгіп алған соң жарақат алмады). 15 минут ол қозғалмастан жатты. Жанында тағы бір серіктесі жерге түсті, оны жел алып кетті, бірақ ол білінер-білінбес соққы мен жарақат алды. «Сенде қатерлі жабық сынық болған сияқты» - деді ол. Шынымен де саусақтары ісініп кеткен, аяғы қоңыр қан түске боялған. Жарайды, Елена, шыда, саған ауыр болатыны рас» - деген сөздермен ол парашютті шешіп, барлық жіптерден босатып, белдіктерді шешті..... Жарақат алу кезінде көрсетілетін алғашқы медициналық көмек ұсыныстарын қолдана отырып, әңгімені жалғастырыңдар.

6. Химиялық зақымдау аймағында ашық сынық орын алған жағдайда алғашқы медициналық көмек (АМК) көрсету барысында сіз келесі реттілікпен әрекет жасайсыз:

- 1) зардап шегушіні көшіру;
- 2) табелді және күнделікті құралдармен шашырату өткізу керек;
- 3) зардап шегушіге газқағар кигізу;
- 4) артериялық қан ағуды тоқтату;
- 5) жараға стерильді таңғыш қою;
- 6) зақымдану әсерінен есеңгіреудің алдын-алу.

7. Жүректік-өкпелік реанимация кешені дегеніміз:

- 1) артериялық қысымды өлшеу;
- 2) жараға стерильді таңғыш қою;
- 3) зақымданған аяқ-қолдарға таңғыш қалақ салу;
- 4) жүрек тұсына соққы беру;
- 5) жүрекке жанама массаж;
- 6) өкпеге жасанды дем беру.

8. Емтихан кезінде студент қыз бала аяқ астынан есінен танып қалды. Дұрыс жауапты таңдап, оларды орындалу реті бойынша орналастыр.

I. Көмек көрсетуді міндетті түрде неден бастау керек?

- 1) мұрнына мүсәтір спирті батырылған мақтаны иіскету;
- 2) терезені ашу;
- 3) қысып тұрған жағаны түймесінен ағытып, белдікті босату;
- 4) көз қарашығының жарыққа әсері мен ұйқы күре тамырының соғысын тексеру;
- 5) қызды қырымен жатқызу;
- 6) арқасымен жатқызып, басына жастық қою;
- 7) жүректік-өкпелік реанимацияға кірісу;
- 8) есінен тануының себептерін анықтау.

II. Егер ұйқы күре тамырында жүрек соғысы байқалмаса және көз қарашығының жарыққа әсері болмаса, онда:

- 1) қызды қырымен жатқызу;
- 2) мүсәтір спиртіні иіскетіп, дереу жедел жәрдем шақыру;
- 3) жүректік-өкпелік реанимацияға кірісу;
- 4) милиция шақыру.

III. Егер ұйқы күре тамырында жүрек соғысы байқалса, онда:

- 1) жүрек тұсы соққысын жасау;
- 2) қырымен немесе ішімен жатқызу;
- 3) мұрнына мүсәтір спиртіне батырылған мақтаны иіскету;
- 4) қысып тұрған киімдерді босату;
- 5) аяғын көтеру.

IV. Егер қолданған шаралардан кейін 3-4 минут өткен соң есін жинамаса, онда:

- 1) аяғын басынан жоғары көтеру;
- 2) шекесін мүсәтір спиртімен сүрту;
- 3) терезені ашып тастау;
- 4) бетінен шапалақпен ұру;
- 5) бетіне суық су шашу;
- 6) таза ауаға алып шығу;
- 7) ауруды ішімен жатқызу;
- 8) басына салқын нәрсе қою;
- 9) арқасымен жатқызып, басына жастық қою.

V. Есін жинағаннан кейін, жақсы көңіл-күйде болса, онда:

- 1) емтиханды жалғастыру;
- 2) студент қызды құрбысымен бірге үйіне жіберу;
- 3) жата тұруға мүмкіндік жасау;
- 4) дәрігерді шақырып, ауруханаға жатқызуын талап ету.

VI. Есін жинағаннан кейін, жатқан қалпында студенттің іші мен белінің ауыруы күшейгені байқалса, ал тұрған кезде әлсіздік пен есінен талу қайталанса, онда:

- 1) оң қырымен жатқызу;
- 2) ішімен жатқызу;
- 3) аяғын көтеру;
- 4) ішімен суыққа жатқызу;
- 5) ішіне жылытқы немесе жылы суы бар бөтелке қою;
- 6) арқасымен жатқызып, басын көтеру;
- 7) анальгин таблеткасын беру.

9. Жалғыз ағаштың бауырында күннің күркіреуінен жасырынып тұрған адамды найзағай соғып, құлатты. Зардап шегушінің сол қолы қарайып, білегіне дейін күйік шалды; көзінің қарашығы ұлғайып, жарыққа әсері жоқ; ұйқы күре тамырында жүрек соғысы байқалмайды. Дұрыс жауаптарды таңдап, оларды орындалу реті бойынша орналастырыңыз:

- 1) найзағайдан зақымданған адамды жерге көму;
- 2) жүрек тұсы соққысы мен жүректік-өкпелік реанимация жасауға кірісу;
- 3) күйген бетті таза матамен жабу;
- 4) біреуге жедел жәрдем шақыруды тапсыру;
- 5) зардап шегушіні ішіне аударып, дәрігер келгенше күту;
- 6) көз қарашығының жарыққа әсерінің болмауына және ұйқы күре тамырында жүрек соғысының болмауына көз жеткізу;
- 7) аузына айнаша, мақта немесе қауырсын жақындатып, шынының терлеуі бойынша, талшықтардың қозғалуымен тынысының болуын тексеру;
- 8) басына салқын нәрсе қою;
- 9) күйген жеріне салқын нәрсе қою;
- 10) мұрнына мүсәтір спиртіне батырылған мақтаны иіскету.

10. Теледидарды жөндеу барысында күшті электр тогының соғуы байқалды. Ұста есінен танып, столдың жанына құлады. Ол қолымен ток өткізгіштерінің шоғын қысып ұстап жатыр. Бетінде құрысулар байқалады. Дұрыс жауаптарды таңдап, оларды орындалу реті бойынша орналастырыңыз:

- 1) жедел жәрдем шақыру;
- 2) көмекке біреуді шақыру;
- 3) неғұрлым тез арада жүрек тұсы соққысы мен жүрекке жанама массаж жасау қажет;
- 4) балта немесе пышақпен бір ғана соққы арқылы ток сымын үзіп жіберу;
- 5) әрбір ток сымын жеке-жеке әртүрлі деңгейде кесу;
- 6) бастың астына жастық қою;
- 7) ұйқы күре тамырында жүрек соғысының бар екендігіне көз жеткізген соң, зардап шегушіні ішімен жатқызу;
- 8) ұйқы күре тамырында жүрек соғысының бар екендігіне көз жеткізген соң, зардап шегушіні шапалақпен ұрып, кеуде тұсынан жүрекке жанама массаж жасау;
- 9) ұйқы күре тамырында жүрек соғысының жоқ екендігіне көз жеткізген соң, жүрек тұсы соққысынан соң, жүректік-өкпелік реанимацияны бастау керек;
- 10) ұйқы күре тамырында жүрек соғысының жоқ екендігіне көз жеткізген соң, зардап шегушіні бір қырымен жатқызу.

11. Турист жорыққа шыққанда аяғын ағаш жаншып кетті. Ол есін біледі және бұл күйде жатқанына екі сағатқа жақын уақыт болды. Дұрыс жауапты таңдап, оларды орындалу реті бойынша орналастырыңыз:

- 1) ағашты көтеріп, аяғын босату;
- 2) ағашты көтермеу және құтқару қызметкерлерін күтуге бір тәулік уақыт кететін болса да, олар келгенше зардап шегушіні мазаламау;
- 3) аяқ-киімін шешіп, жаншылып қалған аяғының астына ыстық су құйылған бөтелкелер мен құтылар қою (суды отқа қыздыру);
- 4) мұздай бұлақ суымен толтырылған бөтелкелер мен құтыларды аяғының айналасына қою;
- 5) кедергіге дейін аяғын тығыздап бинтпен таңу;
- 6) көп мөлшерде жылы сұйықтық (мысалы, термостан шай) ішкізу;
- 7) қандай да болмасын сұйықтық ішуге жол бермеу;
- 8) 2-3 таблетка анальгин беру;
- 9) жаншылып қалған жерінен жоғары бөксесіне қорғану таңғыштарын таңу;
- 10) зақымданушының аяғы босағанша үнемі сылап, уқалау;
- 11) қолтықтан өкшеге дейін таңғыш қалақ салу;
- 12) шаптың қатпарларынан өкшеге дейін таңғыш қалақ салу;
- 13) шаптың қатпарларына дейін тығыздап бинтпен таңу;
- 14) зардап шегушіні тіпті қанағаттанарлық жағдайда да зеңбілмен көтеру және тасымалдау.

12. Аялдамада тұрған ер кісі бозарып кетті де құлады. Ол есінен танып қалды, терісінің беті сұрғылт түспен бозарып кеткен, көз қарашығы ұлғайып, жарыққа әсер етпейді. Дұрыс жауаптарды таңдап, оларды орындалу реті бойынша орналастырыңыз:

- 1) жедел жәрдем шақыру;
- 2) ұйқы күре тамырында жүрек соғысының жоқ екендігіне және қарашығының жарыққа әсер етпейтіндігіне көз жеткізу;
- 3) айналадағы адамдарды көмекке шақыру;
- 4) тыныс алуын мақта талшығымен немесе айнашамен анықтау;
- 5) жүрек тұсы соққысын жасап, жүректік-өкпелік реанимацияға кірісу;
- 6) ер кісіден қай жерінің мазалайтынын қалайда сұрауға тырысу;
- 7) айналадағы адамдардан есінен тануына не себеп болғанын сұрастыру;
- 8) зардап шегушіні ішімен жатқызу;
- 9) басына салқын зат (қарға немесе салқын суға толтырылған целлофан пакет) қою;
- 10) мұрнына мүсәтір спиртіне батырылған мақтаны иіскету.

13. Жанып жатқан үйдің екінші қабатынан бір кісі секіріп түсті. Ол өртті өшіру мақсатында қармен сырғанап бара жатты. Оның жейдесінің арқасы бықсуын тоқтатты, ал мата қалдығының астынан бірнеше жарақаттар мен көпіршіктері бар күйген теріні көруге болады. Дұрыс жауапты таңдап, оларды орындалу реті бойынша орналастырыңыз:

- 1) зардап шегушінің жейдесін шешу;
- 2) оны арқасымен жатқызу;
- 3) оны ішіне аудару;
- 4) мүмкіндігінше бірнеше пакетке қар толтырып, оларды арқасына қою;
- 5) денесінде қалған киімдерін шешіп, терісін таза сумен жуу;
- 6) денесінің күйген бетін спиртпен, одеколонмен немесе арақпен сүрту;
- 7) киімнің қалдықтары мен көпіршіктерді жою;
- 8) күйген жерлеріне стерильді таңғыш қою;
- 9) арқасын таза жаймамен жабу;
- 10) зардап шегушіге 2-3 таблетка анальгин беру;
- 11) күйікке өсімдік майын жағу;
- 12) күйген жерге көп мөлшерде ұн себу;
- 13) күйген жерге сода себу;
- 14) зардап шегушіге көп мөлшерде жылы сұйықтық ішкізу.

14. Көз алдыңызда жүк көлігі жаяу жүргінші жолында кісіні қағып кетті. Ол ес-түссіз арқасымен жатыр. Оның беті қан, оң аяғы ыңғайсыз шығып кеткен және оның айналасында қан ағып жатыр. Тынысы шулы, демін ішке тартқанда қырыл естіледі. Дұрыс жауапты таңдап, оларды орындалу реті бойынша орналастырыңыз:

- 1) оң аяғына таңғыш қалақ қою;
- 2) бетіндегі қанды сүртіп, басының астына жастық қою;

- 3) зардап шегушіні ішімен жатқызу;
- 4) ауыз қуысын шырыштан және қаннан тазарту;
- 5) ұйқы күре тамырындағы жүрек соғысының болуына көз жеткізу;
- 6) қансырап тұрған жараға стерильді таңғыш қою;
- 7) зардап шегушіні адамдар жүретін жолдан қауіпсіз жерге сүйреп апарасыз;
- 8) жедел жәрдем шақыру;
- 9) зардап шегушіні жатқан жерінде қалдырып, жедел жәрдем көлігінің келуін күту;
- 10) қан тоқтататын таңғыштар қою.

15. Шоктың торпидті кезеңі (тежеу кезеңі) сипатталады:

- 1) терінің тез арада бозаруы;
- 2) ағыл-тегіл салқын жабысқақ тер;
- 3) терінің мәрмәр суретпен топырақ түсті реңкі;
- 4) енжарлық және қуатсыздық;
- 5) әбігерлік, артық сөйлеу;
- 6) артериялық қысымның қалыпты немесе жоғары деңгейі;
- 7) артериялық қысымның белгілі дәрежеде төмендеуі;
- 8) терінің қызаруы және бөртпе пайда болуы;
- 9) зәр бөлінуінің тоқтауы (анурия).

16. Талудың алғашқы секундтарында міндетті түрде:

- 1) сұқ саусақпен мұрынның арақабырғасындағы нүктеге басу;
- 2) белдегі белбеуді босату;
- 3) ұйқы күре тамырындағы жүрек соғысын тексеру;
- 4) мүсәтір спиртіне батырылған мақтаны мұрнына иіскету;
- 5) ауруды арқасымен жатқызу;
- 6) аяғын көтеру;
- 7) киімнің жағасын ағыту.

17. Мұздау кезінде байқалады:

- 1) дірілдеу;
- 2) күшті төс артындағы ауыру, бозару;
- 3) терінің құрғауы, терінің мұздай болуы;
- 4) құсу;
- 5) бей-жайлық, тепе-теңсіз іс-әрекет, кейде басқыншылық байқалады;
- 6) ұйқышылдық күйде болу;
- 7) дауыс жарықшағының түйілулері;
- 8) қатты үстіртін тыныс алу;
- 9) артериялық қысымның күрт көтерілуі;
- 10) сирек әлсіз тамыр соғысы;
- 11) тахикардия;
- 12) жүрек қызметінің тоқтауы.

18. Үсік шалғанда АМК көрсету кезінде міндетті түрде:

- 1) зардап шегушіні жылы жерге көшіру;
- 2) ылғал киімі мен аяқ-киімін мүмкіндігінше құрғату;
- 3) құрғақ қолмен терінің зақымданған бөлігін тері қызарғанша спиртпен немесе одеколонмен ысқылау;
- 4) жылы суға толтырылған ваннаға жатқызамыз;
- 5) ыстық шай, кофе ішкізу;
- 6) зақымданған жерде көпіршіктер болса, стерильді таңғыш салу.

19. Шабуыл кезінде қала ішінде ер адам фугаста жарылды. Есі шығып, ыңырсыды. Оң жақтағы төменгі аяқ-қолы жіліншіктің жоғарғы үштен бір бөлігінде теріге ілініп қалды. Жара тұқылы баяу қансырайды. Мойынның алдыңғы жағының сол жақ бетінде ағыл-тегіл қан ағып жатыр. Сол жақ табаны бүлінген, қан ақпайды. Жарақаттанған кісіде бірнеше зақымдану түрлері бар.

20. 13 жастағы бала эпигастралық тұсындағы ауруды сезініп, тұрақты ем алуға ауруханаға түсті. Ауруханаға түсер алдында жүрек айнуы мен «кофе қоюлығындай» құсу болған, содан соң ауыру басылып, бірақ жүрек соғысы, бас айналуы, құлақта шу пайда болды. Қандай алғашқы медициналық көмек берер едіңіз?

2.5 Тақырып Табиғи ортада автономды тіршілік етудің шарттары және салауатты өмір салты

1. Сіз ашсыз, азық жоқ. Өсімдіктер мен жидектердің тағамға қолданылу жарамдылықтарын қалай анықтайсыз?

- 1) құстар не жейді, сіз де соны жеуге тырысасыз;
- 2) жолда кездескен жидектердің ашық қызыл түсінен басқасының барлығын жейсіз;
- 3) жидек немесе сізге таныс емес өсімдікті аузыңызға салып шайнап көресіз, 5-10 мин күтесіз, егер олар тәтті болса, онда аздаған мөлшерін азық ретінде қолданасыз.

2. Сіз саз батпақта сырықпен келе жатып, «көзге» (терең көлеңкелі ұңғыма, үстінен шөп және өсімдіктермен бүріктелген қалқыма) тайып кеттіңіз. Сіздің әрекетіңіз:

- 1) тез әрекет жасап, су бетінде қалуға тырысасыз;
- 2) кесе-көлденең жатқан сырмаққа сүйеніп, көлденең бағытты ұстауға тырысып, қамысқа (бұтақ, құрақ) қол жеткізуге тырысасыз.

3. Сіз орман ішінде жүргенде біраз уақыттан кейін бұрын болған орныңызға қайта оралғаныңызды байқадыңыз. Ауа-райы бұлтты, күнге қарап бағыт алу мүмкін емес. Күн суытып, жаңбыр сіркірей бастады. Сіз жергілікті

заттардың белгілеріне карап, бағыт алуға тырысасыз. Дұрыс белгілерді таңдаңыз:

- 1)әдетте ағаштар, үлкен тастар, жартастарды мүкпен оңтүстік бағытта басады;
- 2)құмырсқа илеуінің оңтүстік бағыты әрқашан солтүстікке қарағанда тіктеу;
- 3)оңтүстік бағыттағы ағаш бұтақтары әрқашан қалың және ұзын болады;
- 4)орманда құмырсқа илеуі әрқашан ағаштың шығыс бағытында болады;
- 5)қайыңдардың қабығы солтүстік бағытта қара және жуан болса, ал оңтүстік бағытта ашығырақ және икемдірек болады.

4. Өз іс-әрекеттеріңізді алдын-ала жоспарлау мақсатында жақын күндердің ауа-райы жағдайларын болжай білу керек. Қандай белгілер тұрақты ашық ауа-райын көрсете алады:

- 1)атмосфералық қысым бірнеше күндер бойы жоғарылайды немесе өзгеріссіз жоғары болып, ал температура тұрақты болады;
- 2)атмосфералық қысым дереу төмендейді;
- 3)қарлығаштар төмен ұшады;
- 4)аспанда ұшпа бұлттар қалықтайды.

5. Қыс мезгілі. 30 °С аяз. Үсу және тоңу қаупі тым жоғары. Машина сирек жүретін жолда сіздің көлігіңіз бұзылып қалды. Жақын маңдағы ауылға дейін 20 км. Жылдың салқын мезгілінде ең алдымен қолдың саусақтары мен аяқ тоңатынын сіз білесіз. Сондықтан жолға шығарда мүмкіндігінше қол мен аяққа жылы киімдер кию керек.

Ол үшін:

- 1)етік, бәтеңке, туфлиңізді қағазбен, газетпен жылытасыз;
- 2)жалаңаш қолыңыз бен аяғыңызды қағазбен орап, оның үстінен қолғап, шұлық киесіз;
- 3)полиэтилен пакетін қолдану;
- 4)қағазды іш көйлегіңіздің, жейдеңіздің ішіне саласыз;
- 5)қардың астынан құрғақ шөп тауып алуға тырысасыз және оны жейдеңіздің, бәтеңкеніңіздің, шұлығыңыздың, қолғабыңыздың ішіне саласыз;
- 6)аяғыңыз жүргендіктен тонбайтының ескеріп, тек қолыңызды жылытуға тырысасыз;
- 7)тез жүріп немесе жүгіріп, суықты жеңуге тырысасыз.

6. Сапарға шығуға дайындық кезінде сіз базардан бірнеше консерві сатып алдыңыз. Сапар кезінде сіз кейбір банкаларда жарамдылық мерзімі туралы таңбалардың болмағандығын байқадыңыз. Жеуге болатындығын қалай тексересіз?

- 1)барлық банканы ашып, иісі мен дәмін байқайсыз;

- 2) банканың түбін аздап жаншисыз, егер басылған жер түзелсе, онда консервіні тағам ретінде қолдануға болмайды;
- 3) банканың түбінде басылған жер түзелмесе, онда консервіні тағам ретінде қолдануға болмайды.

7. Жорықтық жағдайларда топырақтан су шығару үшін су «дистилляторы» қолданылады. Жердің ең дымқыл бөлігінің үстінде полиэтилен пленкасынан шатыр жасайды. Шуақты сәулелер қабыршақтың астында ауаны қыздырады. Жерден судың булануы полиэтилен пленкасының ішкі қабатында конденсацияланады, себебі пленканың жоғарғы қабаты ауаның әсерінен суық болады. Тамшылар пленканың астына қойылған шелекке ақырындап ағады.

Қай кезде «дистиллятор» суды көбірек беретіндігін тұжырымдаңыз?

- А) Таңертең, күн көтерілген соң;
- Б) Түс кезінде, күннің көзі тас төбеде болғанда;
- В) Кешке, күннің көзі көкжиекке жасырынғанда.

8. Сізде азық-түлік өнімдерінің аздаған қоры қалғанын ескерсек, мамандар тағамдық құндылығы шамамен 500 килокалория болатындай етіп, оларды тәуліктік порцияларға бөлуді ұсынады. Ол үшін сізге қаптама қорабындағы азық-түлік құндылықтары туралы (энегетикалық құндылығы, тағамдық заттарды құрайтын энергия мөлшері) мәліметтер көмектеседі. 100 г әртүрлі азық-түліктегі энергия (килокалория) мөлшері көрсетілген кестені пайдалана отырып, келесі сұрақтарға жауап беріңіздер:

- А) Күніне шамамен 500 килокалория қабылдау үшін, салмағы 100 г шоколад плиткасы сізге неше күнге жетеді?
- Б) Шамамен 500 килокалория қабылдау үшін, күн сайын қанша жидек жеу керек?
- В) Күніне шамамен 500 килокалория қабылдау үшін, 400 г нанды неше бөлікке бөлу керек?

2 Кесте. Кейбір азық-түліктердің тағамдық құндылықтары

Азық-түлік атауы	100 г азық-түліктегі килокалория мөлшері
Сары май және күнбағыс майы, жаңғақ шоколад, майлы шошқа еті, шошқа майы	450-900
Қаймақ, ірімшік, шұжық, шошқа еті, нан, қант, жармалар, макарон өнімдері	200-400
Сиыр еті, тауық еті, жұмыртқа, майлы балық	100-200
Сүт, балық, жидектер, картоп	30-90

9. Тәжірибелердің бірінде екі дюжина егеуқұйрықтарды еш шектеусіз бір ай бойына тамақтандырып, содан соң оларға әлдебір канцероген енгізген. Тәжірибе жүргізілген жануарлардың 14-нде обыр (рак) ауруы пайда болды. Бақылау тобына асқа 40% шектеу қойылды. Сол канцерогенді оларға да енгізгенде бірде бірінен ауру байқалмады. Аталған тәжірибелердің нәтижелері негізінде қандай ұсыныстар айтуға болады?

10. Мамандар атом электр станцияларындағы апат кезінде аймақтың радиобелсенді ластануы ядролық жарылыс кезіндегі аймақтың радиобелсенді ластануынан айырмашылығы бар екендігі туралы дәлелдеген. Бұл дәлелдемені түсіндіріңіз.

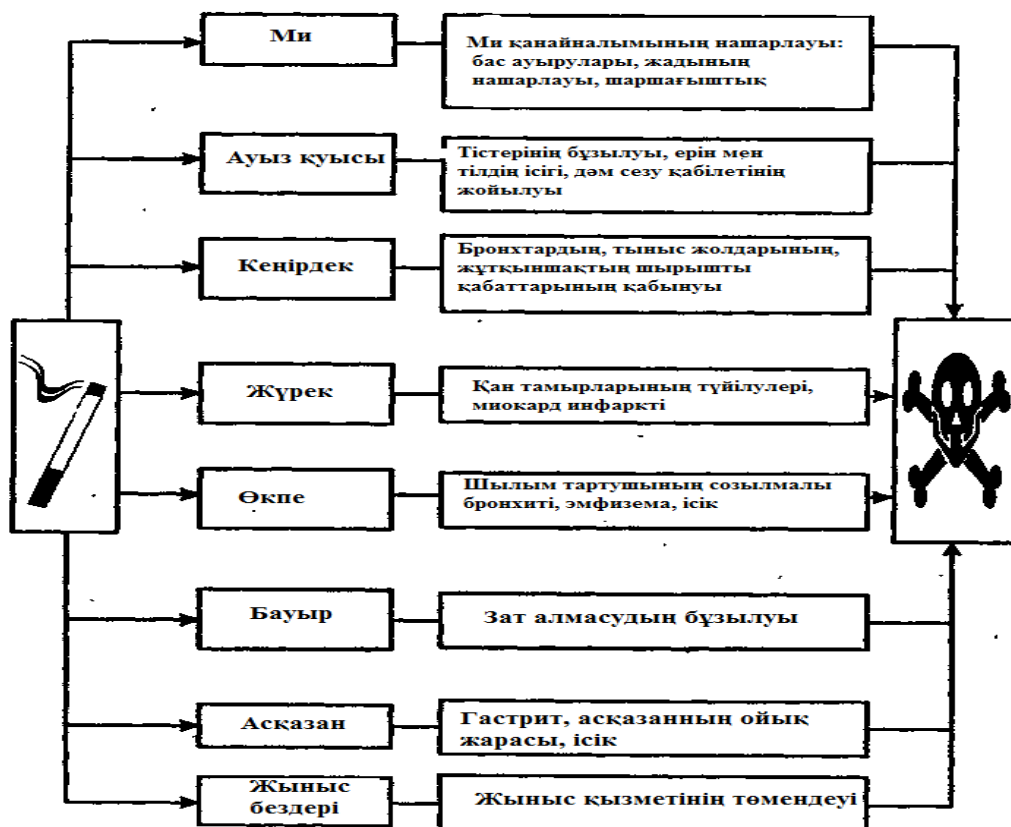
11. Соңғы уақытта «компьютерлік ойындар құмарлығына» құштарлық қарқынды түрде артып бара жатқанын байқаймыз. Осы құмарлықтың қауіптілігі неде және оның адамға зияны қандай?

12. Адам ағзасы туралы мәліметтерді пайдалана отырып, алкогольдің адам денсаулығына кері әсерін түсіндіріңіз.



1 Сызбанұсқа. Алкогольдің адамның ішкі ағзасына әсері

13. Адам ағзасы туралы мәліметтерді қолдана отырып, никотиннің денсаулыққа кері әсерін түсіндіріңіз.



2 Сызбанұсқа. Никотиннің адамның ішкі ағзаларына әсері

14. Неліктен нашақор адам үңгірде өмір сүретін адам секілді 30 жыл ғана өмір сүреді?

15. Салауатты өмір салты ережесінің мағынасын түсіндіріңіз.



3 Сызбанұсқа. Салауатты өмір салтының ережелері

16. Адам денсаулығы неге тәуелді? Дәлелдеңіз.



3 Сызбанұсқа. Адам денсаулығына әсер етуші факторлар

17. Фёдор Григорьевич Углов (1904 - 2008) – қазіргі заманның атақты хирургі, дүниежүзілік академияларының, отандық жүрек-қан тамырлары хирургиясының негізін қалаушылардың бірі. Ол – әлемдік медицина тарихындағы қарт хирург, 100 жастан асса да, ота жасаған хирург. Академик Ф.Г. Угловтың салауатты өмір сүру салтын сақтаудың 12 түрлі өмірлік қағидатының маңызы қандай?

18. Халықаралық дәрігерлер, диетологтар мен психологтардың салауатты өмір салтының негізінде игерген келесі кеңестерін дәлелдеңіз:

- 1) сөзжұмбақтар шешіңіз, шетел тілін меңгеріңіз, ойша есептеу жүргізіп, бас миыңызды жаттықтырыңыз;
- 2) жұмыс – салауатты өмір салтының негізгі элементі. Өзіңізге сәйкес келетін, сізді қуанышқа бөлейтін жұмыспен айналысыңыз;
- 3) артық тамақтанбаңыз. Әдеттегі 2.500 калорияны 1.500 калорияға кемітіңіз.

19. Халықаралық дәрігерлер, диетологтар мен психологтардың салауатты өмір салтының негізінде игерген келесі кеңестерін дәлелдеңіз:

- 1) мәзір адам жасына сай болуы керек;

- 2)өзіңіздің ой-пікіріңіз болу керек;
- 3)махаббат пен нәзіктілік жастығыңызды ұзақ сақтауға көмектеседі, сондықтан өзіңіздің жұбыңызды табыңыз;
- 4)салқын бөлмеде ұйықтау (17-18 °С температурада) сіздің жастығыңызды сақтауға көмектеседі.

20. Халықаралық дәрігерлер, диетологтар мен психологтардың салауатты өмір салтының негізінде игерген келесі кеңестерін дәлелдеңіз:

- 1)жиі қозғалыңыз. Күніне сегіз минут спортпен айналысу өміріңізді ұзартатынын ғалымдар дәлелдеген;
- 2)өзіңізді жиі еркелетіңіз. Салауатты өмір салтының ұсыныстарына қарамастан, кейде тәтті жеп тұру керек.
- 3)ашуға бой алдырмаңыз.

3 Тіршілік қауіпсіздік негіздері бойынша қызықты тапсырмалар

1. Анаграмма «Табиғи сипаттағы төтенше жағдайлар»

Әріптердің орнын ауыстыру арқылы төрт жаңа сөздер – стихиялық апаттардың атауларын құраңыз.

ВЛ+АА = □□□□

ЙФТ + АУН = □□□□□□

УМ + ЦИАН = □□□□□□

АМ + РСА = □□□□□

2. Бас қатырғы «Табиғи сипаттағы экстремалды жағдайлар» тақырыбы бойынша

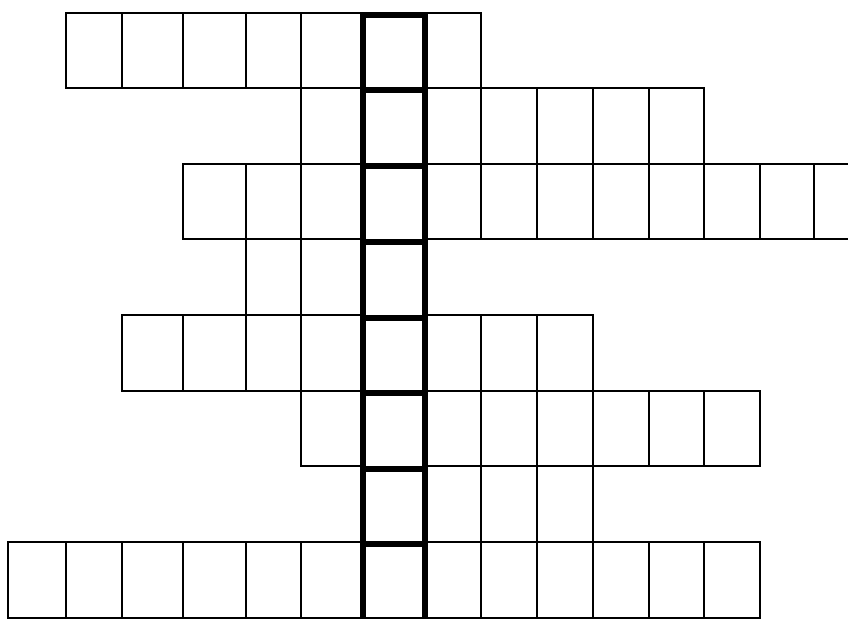
Бос ұяшықтарға үшінші әрпі «Р» болатын стихиялық апаттарды жазыңыз.

□□	Р	□□
□□		□□□
□□		□□□□□□□□
□□		□□□□□□□□
□□		□□□□
□□		□□□□
□□		□□□□

3. Сөзжұмбақ «Экстремалды жағдайлар». Сөзжұмбақты дұрыс шешіп оңтүстік Франция мен Сардиниядағы соғатын желді табыңыз.

1. Ауырлық күшінің ықпалымен өзендер мен көлдер, теңіздердің тік жағалауларынан, таулар мен сайлардың жыраларынан топырақ массасы мен тау жыныстарының төмен қарай тайғанап ығысуы.
2. Жерорта теңізінде, Сицилия аралы мен Апеннин түбегінің оңтүстігінде бірнеше сағат, кейде бірнеше тәулік бойы үздіксіз соғып тұратын ыстық, құрғақ, күшті жел.
3. Жер асты дүмпуі күштерінің әсерінен жердің беткі қыртысының тербелуі.

4. Бұл адамның өмірі мен денсаулығына, қоғам мен мемлекетке зиянын тигізетін, қоршаған ортаға үлкен материалдық зақым келтіретін, қоршаған ортадағы заттардың бақылаусыз жануы.
5. Жанартаудан шығатын ыстық газдар мен су буы.
6. Кешенді атмосфералық құбылыс.
7. Жанартау әсерінен жер бетіне төгілетін отты-сұйық балқыма.
8. Әлемдегі ең биік жанартау.



4. Ребустар «Экстремалды жағдайлар» тақырыбы бойынша





С=Й

КҮ= ФУ

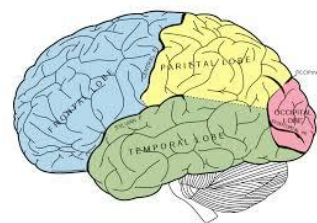


А=Ы

Ц



,



5. Сөзжұмбақ «Көшкіндер, жылжымалар, селдер»

Сөзжұмбақты шешіп тік жолдағы қоғам қайраткері, мына өлең шұмақтарының авторы, ақын, жазушының тегін табыңыз:

Қарағым, дұғагөйім,
камқор анам!

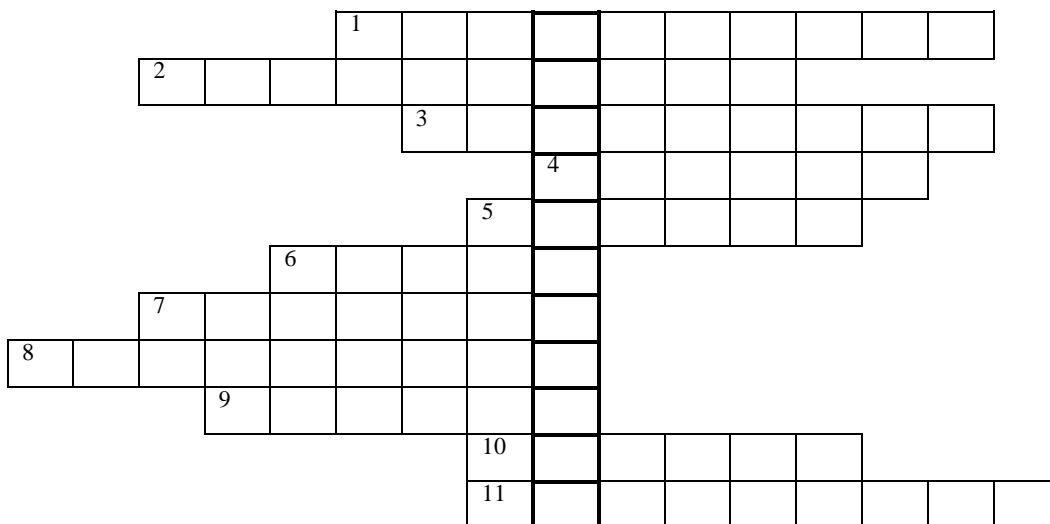
Арнап хат жазайын деп, алдым қалам.

Сені онда, мені
мұнда аман сақтап,

Көруге жазғай еді

Хақ тағалам!

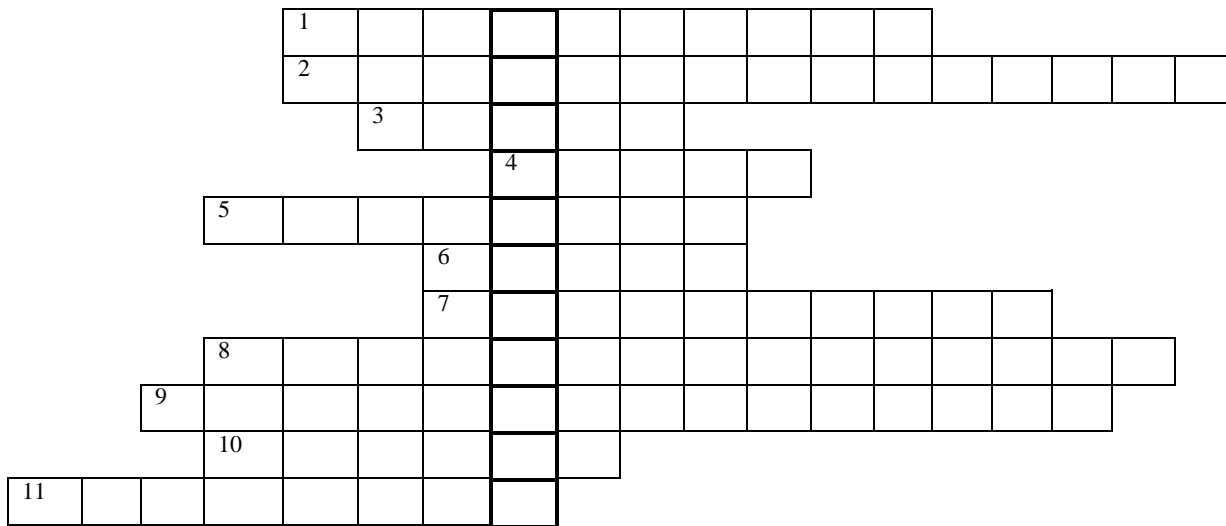
Бара алмай, өтірікші болып әбден,
Семейдің түрмесінде отыр балаң.



1. Сел Қазақстанның қай таулы аймағында жиі болып тұрады?
2. Тау, төбе, өзен аңғарларының, теңіздер мен көлдер жағасының беткейлерінде байқалатын, жер қабығының беткі бөліктеріндегі жер массаларының кейде ұзақ уақыт және кейде біртіндеп, кейде жылдам төмен қарай сырғи қозғалуы.
3. Сел араб тілінен аударғанда қандай мағына береді?
4. Қар мен мұздықтың тез еруінен және мол нөсер жаңбырдан өзен деңгейінің қысқа мерзімде күрт көтерілуі.
5. Ірілі-ұсақ түйіршік мұз түрінде жауатын атмосфералық жауын-шашын.
6. Қай айда сел көп байқалады?
7. Шектеулі көлемде энергияның тым көп мөлшерінің жылдам босатылу процесі.
8. Көшкіндер, жылжымалар кезінде адмдарға көмек көрсететін тұлға.
9. Аудың құлама беткейімен төмен қарай орасан жылдамдықпен сырғитын қар немесе мұз массасы.
10. Азаматтық қорғаныстың негізгі мақсаты.
11. Селдер, опырмалар, көшкіндер болған жерден қауіпсіз жерге ұйымдасқан түрде көшу.

6. Сөзжұмбақ «Төтенше жағдайлар»

Сөзжұмбақты шешіп тік жолдағы сөзді табыңыз, бұл сөз – жер сілкінуді зерттейтін геофизикалық ғылымның бір саласы.



1. Қауіп-қатер құбылыстарын жіктеумен және жүйелеумен айналысатын ҒЫЛЫМ.
2. Табиғи сипаттағы төтенше жағдай бес түрге бөлінеді, соның бірі.
3. Диаметрі ондаған метрден (су айдынында) жүздеген, мыңдаған километрге дейін (құрлықта) жететін қандай да бір ось бойынша жүретін ауаның айналмалы қозғалысы; ауаның жер бетінен топырақты, қарды немесе суды дөңгелете көтеріп, екпінді қозғалуы.
4. Шаң-тозаңдарды аспанға көтеріп, күнді мұнарландырып бірнеше сағат соғатын (бірақ құйын есебінде соғуы бірнеше минутқа ғана созылатын) Арабия мен Солтүстік Африканың тропиктік шөлдерінде соғатын өте ыстық, құрғақ жел.
5. Атмосфералық қысымды өлшеуге арналған құрал.
6. Күшті желдің (жылд. 15 м/с-тан астам) әсерінен топырақтың, құмның, қиыршық тастың, қардың ұйтқып соғуы.
7. Төтенше жағдайдың жіктелуі.
8. Табиғат пен қоғам арасындағы тепе-теңдіктің күйреуі.
9. Адамдарды, жан-жануарларды ауыр дертке шалдықтыру арқылы қатардан шығаруға негізделген жаппай зақымдағыш қару.
10. Мысырда соғатын самум сияқты аңызға ие жел.
11. Тек микроскопта ғана көрінетін аса ұсақ микробтар және олар көптеген әр алуан аурулар туғызады.

7. Ребустар «Жолда жүру ережелері»

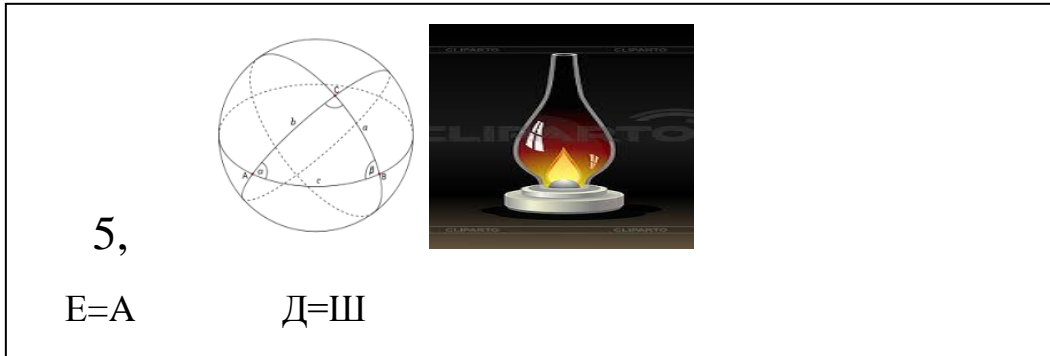
Көрсетілген ребуста ЖЖЕ-не байланысты терминдер жасырылған.



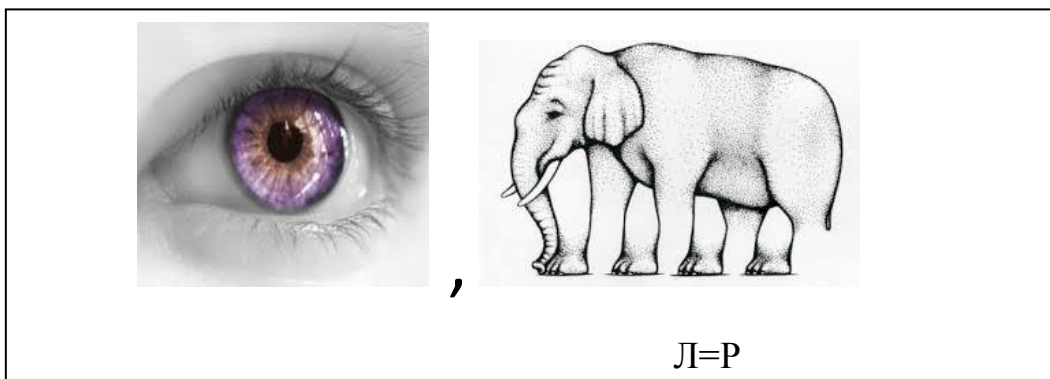
1)



2)

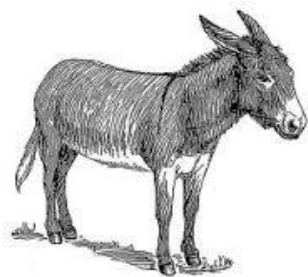


3)



4)

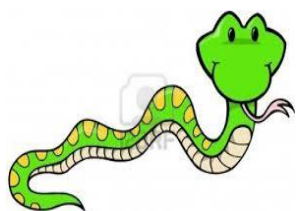
5)



Р

Е = К К = Е

6)

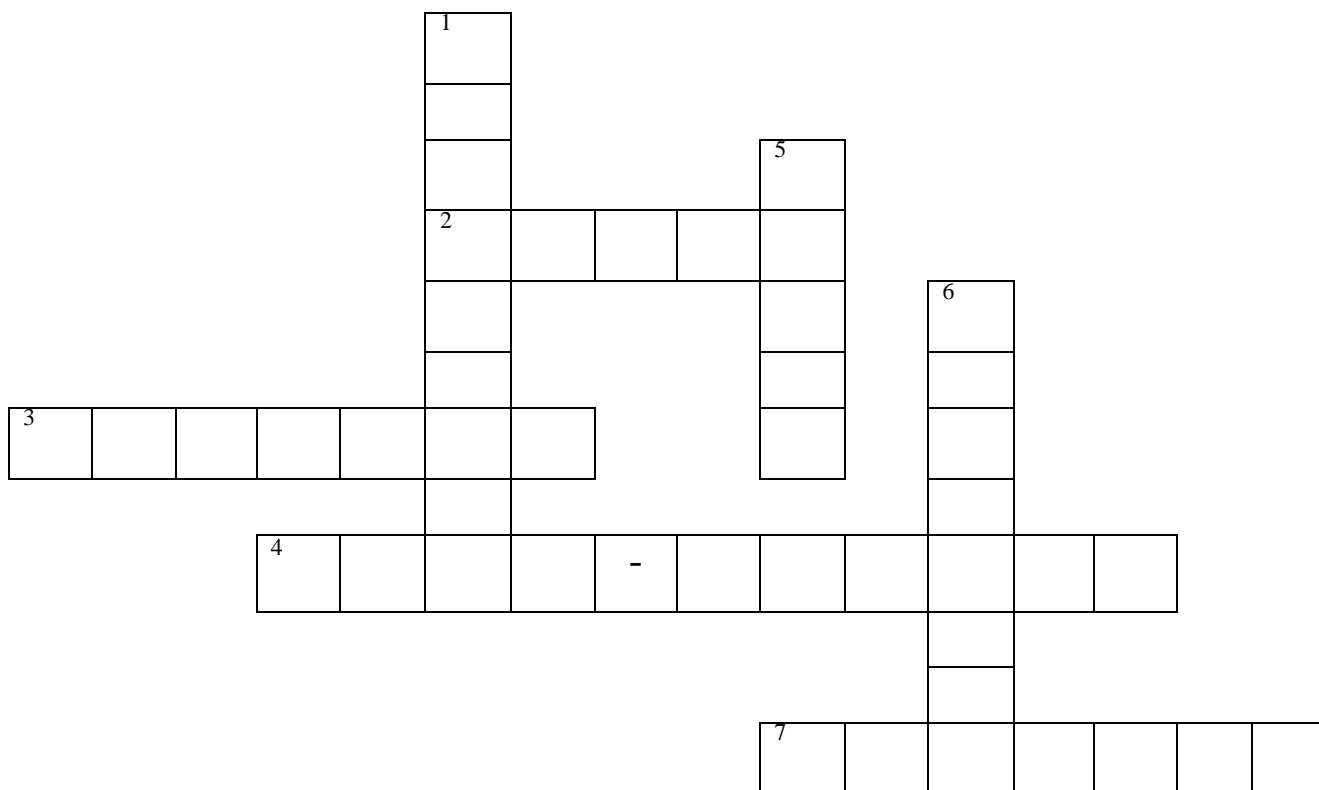


”
1
“““



1=дам

8. Сөзжұмбақ «Үйдің дәрі-дәрмек қорабы»



1. Дененің температурасын өлшеуге арналған құрал; дененің, заттың, ауаның температурасын өлшеуге арналған аспап.

2. Қоза–құлқайыр тұқымдасына жататын көп жылдық өсімдік туысы, бағалы талшықты дақыл.

3. Адам мен жануарлардың тіршілігіне, олардың ағзасындағы зат алмасудың бірқалыпты болуы үшін аз мөлшерде өте қажетті биологиялық белсенді органикалық қоспалар.

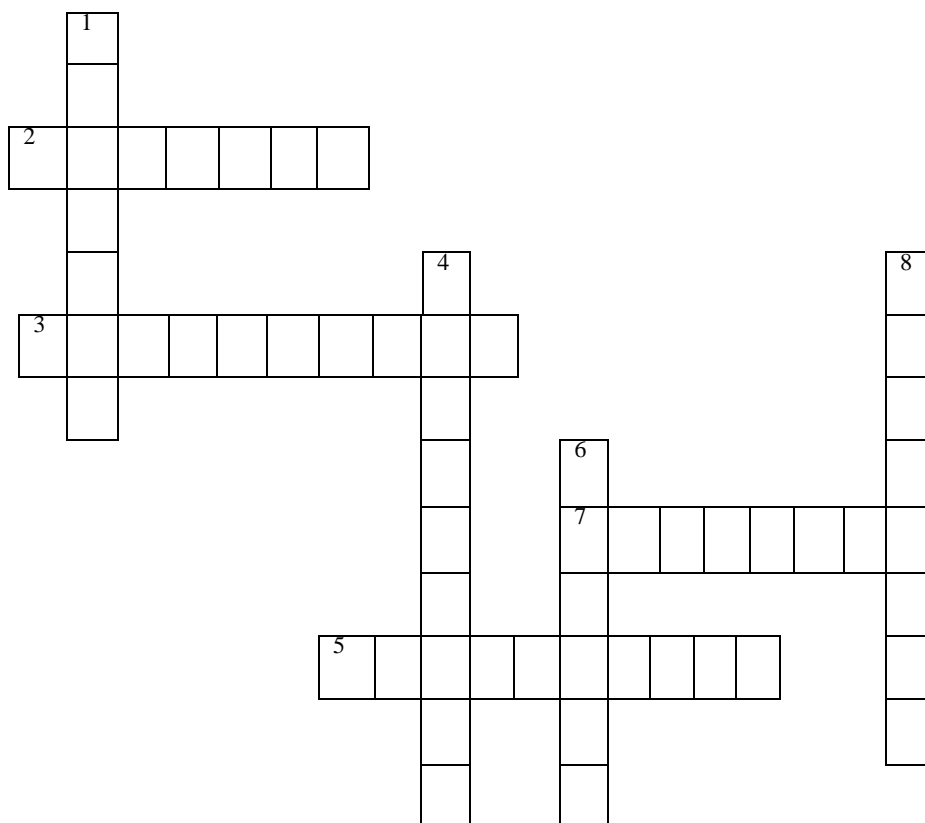
4. Емдік немесе алдын ала емдеу мақсатында колданылатын заттар немесе олардың қоспасы, ауруды емдеу және аурудан сақтандыру үшін қолданатын шипалы заттар.

5. Тұрмыста, әр түрлі заттарды (мата, шүберек, шаш, т.б.) кесуге, қырқуға арналған құрал.

6. Қан қысымын өлшейтін құрал.

7. Сыртқы әсер ету (механикалық, химиялық, электрлік және т.б.) салдарлары тудырған ағзаның зақым алуы; психикалық жарақат – көңіл-күйдін әсер етуі тудырған психикалық зейіннің бұзылуы.

9. Сөзжұмбақ «Қауіп-қатер»



1. Ұлттық қауіпсіздікке төнетін қауіп-қатерлердің объективті және субъективті себептері бар, олар жүзеге асырылу мүмкіндігіне қарай...

2. Қауіпсіздік Кеңесі тұрақты түрде жұмыс істейді, оның құрамына кіретін елді атаңыз.

3. Арудың алғашқы алдын алу шарасын атаңыз?

4. Жердің сыртқы қатты қабаты жоғарғы гидросфера және атмосферамен және тағы қандай қабатпен шектеседі?

5. Электр қозғаушы күштің әсерінен зарядтардың (зарядталған бөлшектер немесе дене) бағытталған қозғалысы.

6. Технологиялық процестің бұзылуы, механизмдердің, жабдықтар мен ғимараттардың бұзылуы.

7. Тірі организмдердің ішіндегі жасушасыз тіршілік иесі.

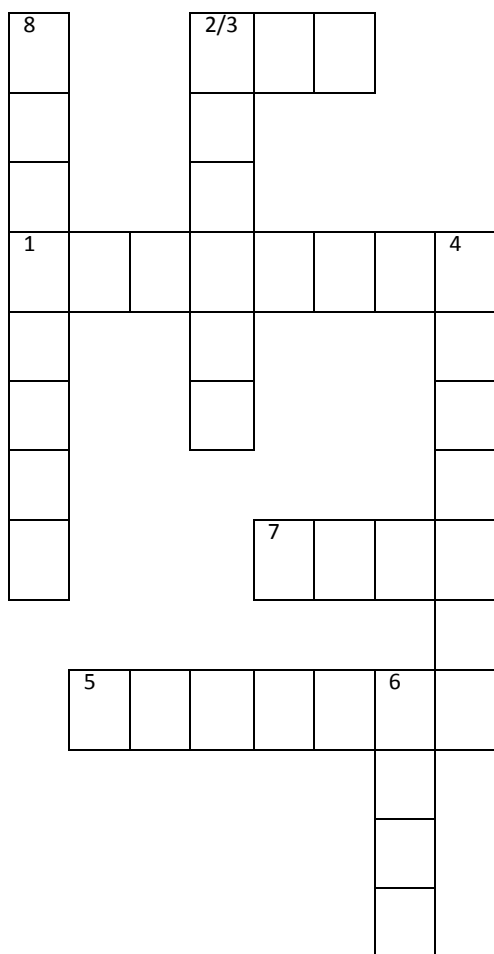
8. Төбесінде шұңқырға ұқсас кратері не ойысы бар, көбінесе конус немесе күмбез тәріздес болып келетін геологиялық түзілім.

10. Жұмбақ «Өрт»

Сол жақ жоғарғы ұяшықтан бастап тәртіппен жүріп (жоғары немесе төмен), тігінен (сол жақ немесе оң жақ) көлденең жылжыту арқылы терминді табыңыз.

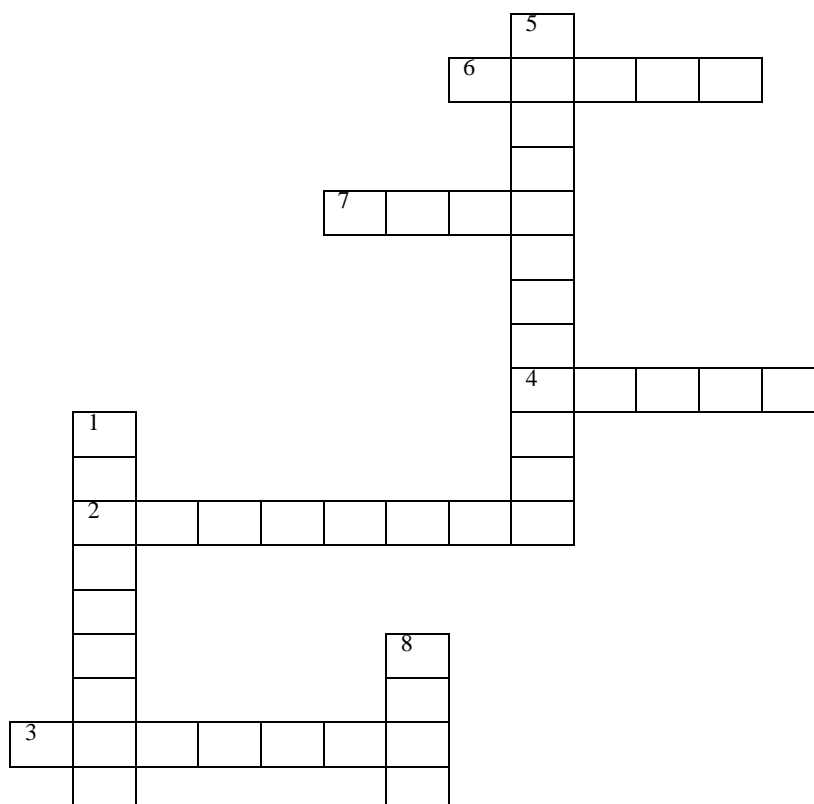
Ө	Р	Т	Б	Н	Т	Ы	Қ	З	І	Р	А	Р	
І	Р	І	Ұ	Ы	И	Д	Қ	А	Т	Е	Т	Д	
М	Е	М	Л	Н	Г	Л	Ы	Е	Л	Т	Т	Ы	
Д	Н	Ө	А	Я	І	А	М	К	Н	І	А	Ң	Ы
Е	Ы	Ң	Д	И	З	И	Р	Е	Қ	О	З	Б	У
Н	Н	М	А	З	Е	Е	Н	Т	Ш	Р	Ы	А	Н
С	Е	Т	К	Е	Т	К	М	А	А	Ғ	Ғ	Қ	А
А	К	Е	Л	М	І	Л	Ұ	А	Ғ	А	А	Ы	Ж
У	Қ	О	Ғ	Е	Н	Қ	О	Р	А	Н	Д	Л	З
Л	А	Н	А	М	Н	Ғ	А	Ш	Т	О	А	А	Ы
Ы	Ғ	Ы	М	М	Е	А	Н	О	Р	Р	Т	У	С

11. Сөзжұмбақ «Тіршілік қаіпсіздігі»



1. Сәулелердің дозасы мен қуатын өлшеуге арналған құрылғы.
2. NH_3 , өткір иісті (мүсәтір спирті иісті) түссіз газ.
3. Жер атмосферасын құрайтын табиғи газдар қоспасы.
4. Гамма- және ультракүлгін сәулелер арасындағы диапазонды қамтитын электромагниттік толқындар.
5. Радиожелі арқылы байланыс жасауға арналған құрал.
6. Химиялық формуласы O_3 болып келетін оттектің аллотропиялық түр өзгерісі.
7. Өнеркәсіп орталықтары мен ірі қалалардың қатты ластанған ауасы, құрамы түтін, тұман және шаңнан тұратын аэрозоль.
8. Жұқпалы және инвазиялық аурулардың пайда болуы мен таралу заңдылықтары, сол ауруларды жою шаралары туралы ғылым.

12. Сөзжұмбақ «Техногендік сипаттағы төтенше жағдайлар»



1. Өрттің жіктелуі.
2. Қоршаған ортаға белгілі-бір ортадан таралатын сәулелер.
3. Өз массасын біртіндеп бөліп шығару нәтижесінде пайда болатын ребелсенді күш әсерінен қозғалатын ұшу аппараты.
4. Қағаздан немесе металдан жасалған, 30 метр биіктікке ататын гильза.
5. Әуе көлігі салонындағы ауаның таралуы.
6. Қаладағы жолаушыларды тасымалдайтын көліктің түрі.
7. Техногендік сипаттағы төтенше жағдайдың негізгі қозғаушы күші.
8. Газдың, жылудың және жарықтың сипаттамасымен байланысты химиялық үрдістің тез тотығуы немесе жанғыш заттың және ауа оттегісінің қосылуы.

13. Сөзжұмбақ «Стихиялық апаттар»

Кілт сөздер: жер асты дүмпуі күштерінің әсерінен жердің беткі қыртысының тербелуі.

1. Бұл сөз «от», «жалын» деген мағынаны білдіреді.
2. Жердің қатты қабығы.
3. Аргентина мен Уругвайда болатын дауыл түріндегі суық жел; пампа далаларында соғатын оңтүстік румбалық суық дауыл жел.
4. Копет-Даг тауы етегінде және Тянь-Шаньның батысында жаз айларында соғатын құрғақ, ыстық жел.

5. Скалярлық шамамен сипатталатын нүктенің немесе механикалық жүйенің қозғалысынан туындайтын тербеліс.

6. Таулы аудандарда жиі болып тұратын лайлы немесе тасты-лайлы тасқындар.

7. Су электр станциялары мен ірі су қоймалары салынғанда сол аумақтағы елді көшіру.

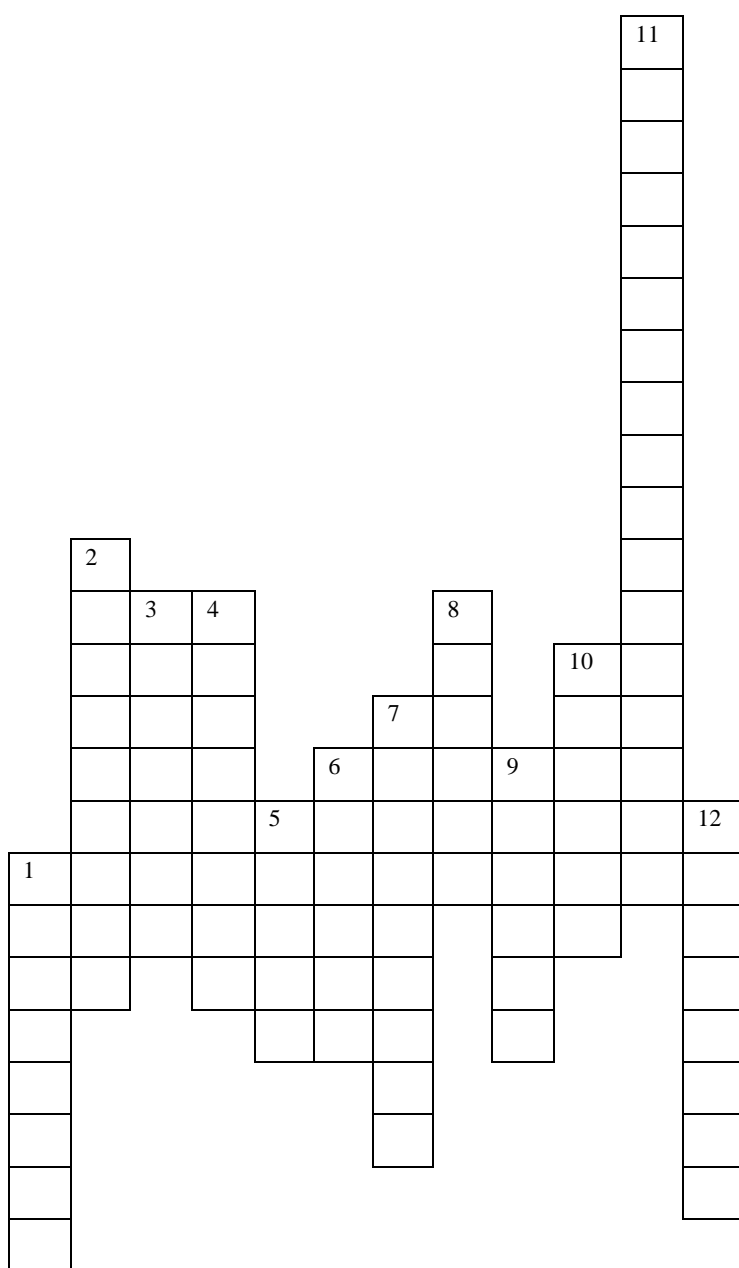
8. Элементтердің периодты жүйесінің VI-тобындағы химиялық элемент.

9. Жердің қыртысы мен ядросының аралығында орналасқан геосфера.

10. Таудың құлама беткейімен төмен қарай орасан жылдамдықпен сырғитын қар немесе мұз массасы.

11. Мемлекеттік қорғаныс шаралары жүйесінің құрамдас бөлігі.

12. Жанның денедегі сипаты, өмір сүру формасы.



14. Чайворд «Медициналық білім негіздері»

1. Арнайы тәсілмен дайындалған антигендік қасиеті бар заттарды енгізу арқылы белгілі бір жұқпалы аурудан алдын ала сақтандыру үшін қолданылатын әдіс.

2. Қанды жүректен алып шығып, дене мүшелеріне тарататын тасымалдаушы ірі қан тамыры; оттеппен байытылған қанды жүректен ішкі мүшелерге тасымалдайтын қан тамырлары.

3. Қанды ағзадан жүрекке алып келетін ірі тамыр.

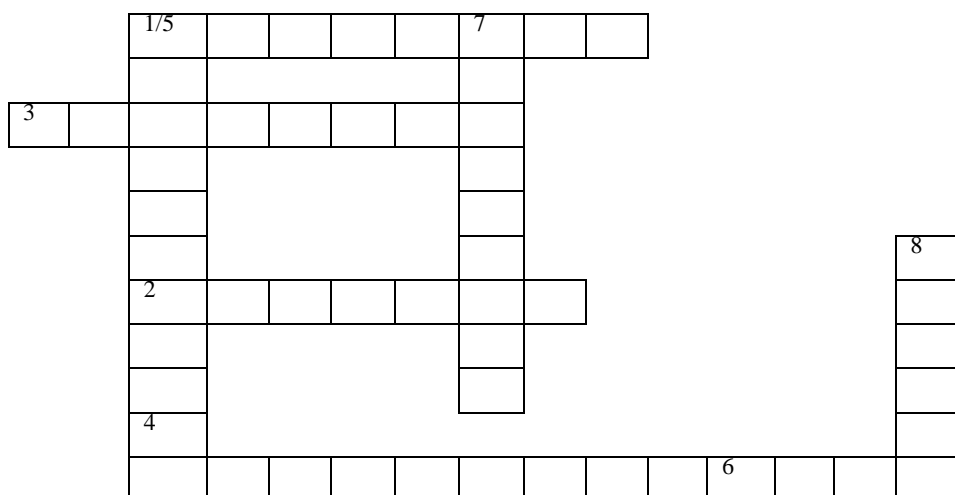
4. Жаппай қырып-жою қаруы.

5. Олар рибонуклеин қышқылынан немесе дезоксирибонуклеин қышқылынан құралған нуклеопротеидтерден, сондай-ақ ферментті нәруызбен қапталған қабықшадан – кабсидтерден тұрады.

6. Радиоактивті элемент.

7. Саяси мақсатты сылтауратып күш қолдану.

8. Коки өсімдігінен шығарылған, негізінен ақ ұнтақ тәріздес есірткі.

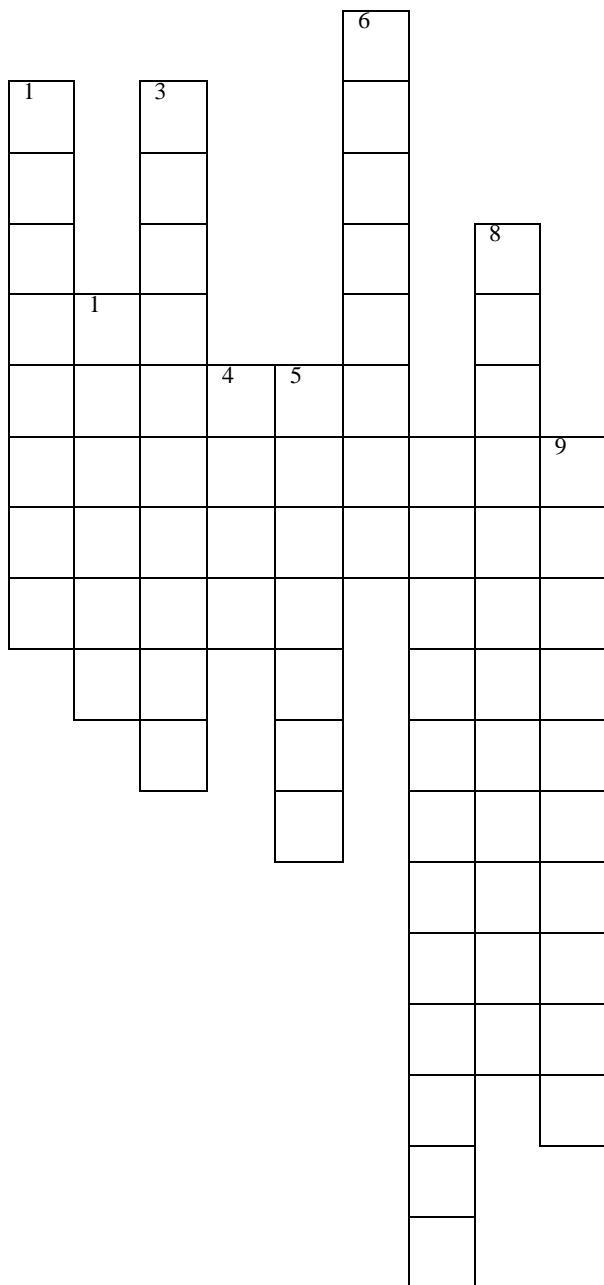


15. Сөзжұмбақ «Денсаулық»

Сөзжұмбақты шешіп, ағзаның антигендік қасиеттері бар жұқпалы және жұқпалы емес бөгде заттарды, жұқпалы аурулар қоздырғышын немесе олар бөліп шығаратын кейбір улы заттарды қабылдамаушылық қасиеті және оларға қарсы тұру қабілеті бар сөзді тап.

1. Бүкіл тірі ағзаларға тән тұқым қуалаушылық пен өзгергіштікті зерттейтін биология ғылымының бір саласы.
2. Заңды түрде қолдануға болатын есірткі түрі.
3. Есірткі заттарға патологиялық дағдыланудың нәтижесінде пайда болатын созылмалы ауру.
4. Ағзаның тіршілік етіп, өсіп-ену қабілетінің бұзылуы.
5. Эндокринді эпителиоциттерден құралған ұйқы безі аралшықтарының бета-жасушалары (β -инсулоциттері) бөліп, қанға шығаратын гормон.

6. Тек микроскопта ғана көрінетін аса ұсақ микробтар және олар көптеген әр алуан аурулар туғызады.
7. Булармен, газдармен дем алу.
8. «Есірткі» сөзі грек тілінен аударғанда қандай мағына береді?
9. Адам мен жануарларда болатын созылмалы жұқпалы ауру.



16. Сөзжұмбақ «Дәрілік өсімдіктер»

1. Дәрілік өсімдіктерді қайда пайдаланады?

2. Дәрілік өсімдіктерде кездесетін қоспа?

3. Дәріні көбінесе қандай өсімдіктен алады?

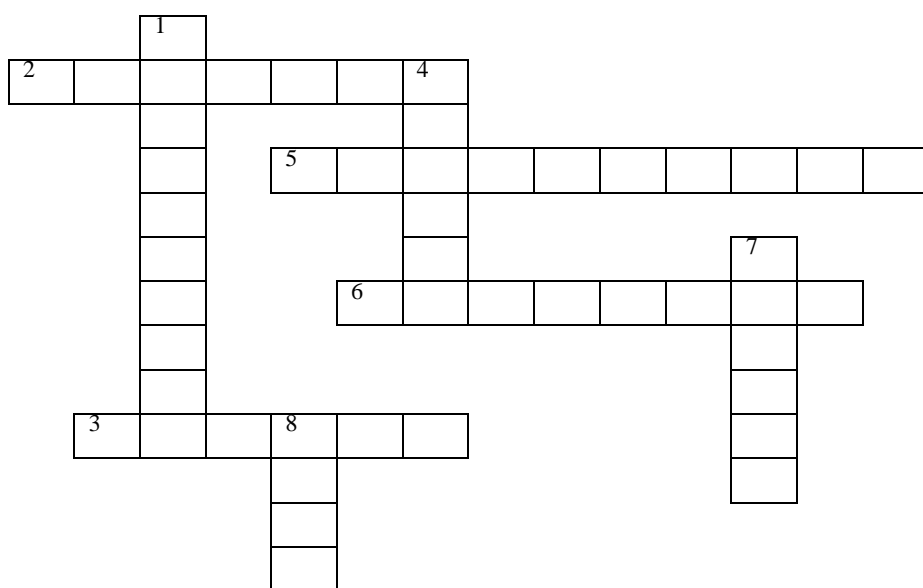
4. Қазақстанның таулы аймақтарында жиі кездеседі. Раушан гүлділер тұқымдасына жатады. Табиғатта мыңнан астам түрі болғанымен, оның 200-ге жуығы ғана кең таралған.

5. Қорғасыншөптер тұқымдасына жататын бір жылдық шөптесін өсімдіктер туысы. Қазақстанда шөлді, таулы аймақтардың сор, сортаңды, құмды, тақырлы жерлері мен сексеуіл өскен алқаптарда кездесетін 2 түрі (жіңішке масақты жолжелкен, Суворов жолжелкені) бар.

6. Раушангүлділер тұқымдасының бір түрі. Биіктігі 1-3 м, сабағы тікенді, жапырағы қалың, атпа тамырлы, көп жылдық шала бұта. Жемісі сүйекті, түсі қызыл, сары. Жемісінің құрамында қант, органикалық қышқылдар, С, А, В витаминдері, хош иісті заттар бар. Жемісін жеуге және тосап, шырын, шарап, т.б. дайындауға пайдаланады.

7. Еріндігүлділер тұқымдасына жататын көп жылдық шөптесін өсімдік, жартылай бұта. Маңғыстаудың таулы шатқалдарында өседі. Олардың биіктігі 20–100 см. Гүлдерінің түсі жабайы өсетін түрлерінде қою сиякөк, ал гүлзарлардағы түрлерінде ашық қызыл. Мамырдан қыркүйекке дейін гүлдеп, жеміс салады. Жемісі – жаңғақша.

8. Зона лалагүл тұқымдасына жататын көп жылдық бұта, кейде шырмауық түріндегі мәңгі жасыл, қуаңшылыққа төзімді өсімдіктер. Тропиктік, субтропиктік белдеулерде кездеседі. Биіктігі 7-12 м-дей, сабағы жуан, жапырағы шырынды, етті, тікенді болып келеді. Қызыл, қызғылт-сары, сары түсті, гүлі түтікше келген қоңырау тәрізді гүлшоғырына топталған. Сирек гүлдейді, негізінен құстар арқылы тозаңданады.



17. Сөзжұмбақ құрастырыңыз «Экология»

Бұл сөзжұмбақта келесідей сөздер болуы керек: ЭКОС, ТОРНАДО, АВАРИЯ, ГИГИЕНА, БОРАН, ЭВАКУАЦИЯ, ШКВАЛ, ГЕНДІК ҚАРУ.

Негізгі сөз экология болуы шарт.

18. Сөзжұмбақ «Экологиялық факторлар»

1. Белгілі ортаға өз бетімен тіршілік етуге бейімделген, тірі және тарихи қалыптасқан біртұтас жүйе.

2. Жеке ағзаның қоршаған ортамен қарым-қатынасын, ортаға бейімделу заңдылықтарын, сондай-ақ организм деңгейінен жоғарырақ тұрған биологиялық жүйелердің – популяциялардың, организмдер қауымдастықтарының, экожүйелердің, биосфераның ұйымдастырылу және қызмет атқару заңдылықтарын зерттейтін ғылым.

3. Минимум заңын кім енгізді?

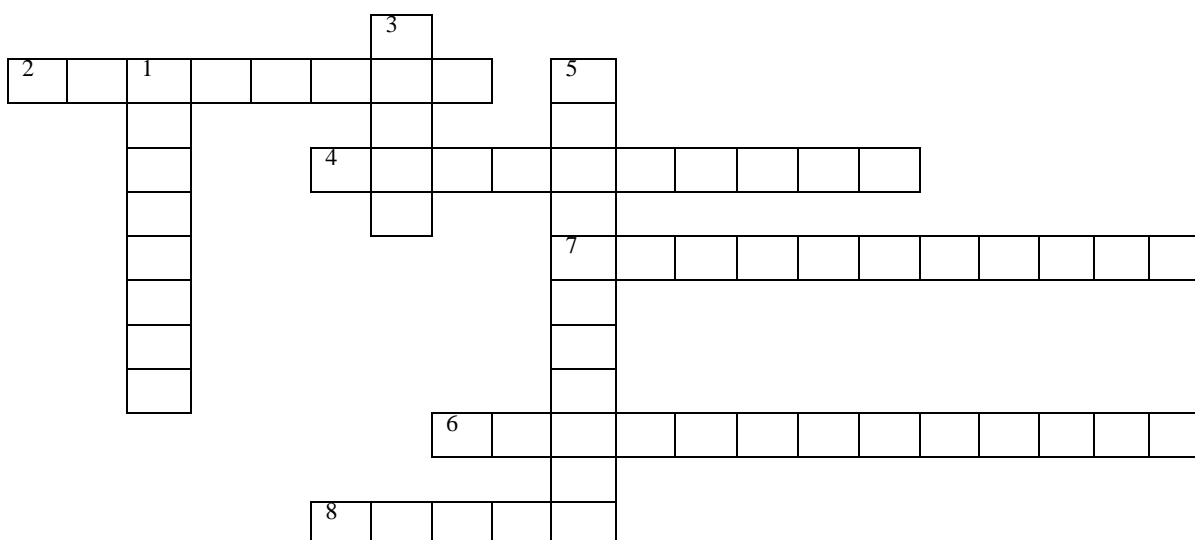
4. Ағзалардың тіршілік әрекетіне байланысты бір-біріне тигізетін сан алуан әсерлері факторы қалай аталады?

5. Бейорганикалық ортаның тірі организмдерге жасайтын тікелей немесе жанама әсерлерінің жиынтығы, сыртқы ортаның бейорганикалық, физикалық және химиялық жағдайлары. Бұл қандай фактор?

6. Шелфорд қандай заң енгізді?

7. Маңызы бар фактор?

8. Көрінетін сәуле, яғни жиілігі $7,5 \cdot 10^{14} - 4,0 \cdot 10^{14}$ Гц аралығындағы адам көзі қабылдайтын электромагниттік толқын.



19. Бас қатырғы «Кілтін тап»

Сол жақ жоғарғы ұяшықтан бастап тәртіппен жүріп (жоғары немесе төмен), тігінен (сол жақ немесе оң жақ) көлденең жылжыту арқылы Ламарктың тіршілік туралы пікірін табыңыз.

Т	І	Р	А	М	И	Д	Ы	
Л	І	Ш	Д	Й	А	Ә	Ж	
І	К	А	Қ	А	Р	Н	Е	
Т	Ө	Ғ	Ы	Т	А	С	Б	
Е	Қ	А	Р	А	Р	Ы	Ұ	
І	Т	М	А	Ғ	О	Ж	Л	
Р	І	Ы	П	Д	А	Н	Қ	
Е	Д	Й	А	Ы	Т	А	Ұ	
Н	Қ	А	Р	А	П	С	Б	
Е	П	М	Ы	Й	А	І	Ы	
Д	Ы	К	М	Е	Н	Г	Л	
Е	Л	Ұ	Ө	Т	Ө	С	Ы	
Н	О	Р	Д	Е	Т	У	Ж	І
П	Б	А	Е	Г	Е	Я	Ұ	Д
А	Й	Д	Л	І	Б	А	Р	Е

20. Криптограмма Терминдік мәлімдемені табыңыз

Б	Р	Е	Л	Ғ	О	Қ	І
\$	&	%	=	⊠	•	†	¥
Ы	\$&*@ £%€¥©¥€ !=®%#						И
⌠	®™=©¥€ ±¶#% ®%ξ\$¥&						*
Н	¥&¥ ™@%##¥€						Ұ
#	±x⊠x⌠○#©x \$•=x£⌠#						°
Т	£°&x†£⌠ ±% =						Ә
£							¶
К							Ж
®							±
Ұ	ң	д	а	з	ө	й	с
!	€	©	x	@	™	ξ	○

Қорытынды

Білім беруде белсенді әдістердің қолданылуы ақпараттық қоғамның дамуымен тығыз байланысты. Мемлекет экономикасын әлемдік деңгейде жетілдіріп, бәсекеге қабілетті мамандармен қамтамасыз ету үшін, қалыптасқан жаңа білім мен білікті үнемі үздіксіз меңгеріп отыру қажет. Осыған байланысты, білім берудің жеделдету жолдарын қарастыру керек. Ұсынылып отырған оқу құралында сабақтың оқу-танымдық ахуалы өнімді және белсенді болуына мүмкіндік беретін тапсырмалардың нұсқалары мазмұндалған. Тіршілік қауіпсіздігі негіздері бойынша оқу үрдісінде жағдаяттық есептер мен қызықты тапсырмаларды қолдану білім берудің әртүрлі оқыту формалары арқылы тәрбиелік бағытының үйлесуі, білімді меңгерудің сапасы мен қарқындылығы, білім алушылардың жеңіл немесе әмбебап дағдыларының (мәселелерді шеше білуі және шешім қабылдау қабілеті, коммуникативтілік біліктілігі мен қабілеті, нақты тапсырмалар қоя отырып, мәліметті дұрыс жеткізе білуі, басқалардың ойы мен әртүрлі көзқарастарын ескере отырып, оларды қабылдай алу қабілеті, көшбасшылық қабілеті мен топта жұмыс істей білу қабілеті) қалыптасуы үшін жағдаяттық тапсырмалардың маңызы зор.

Сондай-ақ, педагог оқу-әдістемелік қызметінің алдында тек дәстүрлі ғана емес, классикалық оқыту әдістерін немесе инновациялық әдістерді қолдану секілді таңдаулар болады. Жағдаяттық есептер мен қызықты жаттығуларды қолданудағы аздаған тәжірибеміз мүмкін сіздерге дұрыс таңдау жасауға мүмкіндік береді деген ойдамыз. Табыстар тілейміз!

Қоланылған әдебиеттер тізімі

1. Сафонов А.Ф. Активные методы обучения. М.: Знание 1989-126с.
2. Розен Б.Я. Активизация методов обучения. М.: Просвещение 1981-83с.
3. Когергина И.Г. Виды активных методов. \ \ Химия в школе.1995 №1с5-7
4. Гамзан О.С., Харитоновна Н.Е. В школу с игрой: Книга для учителя. – М.: Просвещение, 1991, 96с.
5. Игуменова Д.Б., Иванников И.Г. Чтобы не было беды. М.: Стройиздат, 1992,160с.
6. Руденко В.И. Сценарии праздников, конкурсов, игр. Для воспитателей и педагогов – организаторов. Ростов-на-Дону, Феникс 2004,192с.
7. Иванова Е.Н. Основные аспекты занимательности, как средство развития познавательного интереса школьников. Вопросы интеграции вузовского образования. КГУ им.А.Байтурсынова, Костанай,2008-630с. 2 часть.

Қосымша А

Жағдаяттық есептердің жауаптары

Тақырып: «Төтенше жағдайлар»

1. Жауабы:4
2. Жауабы:3
3. Жауабы:1
4. Жауабы:1
5. Жауабы:5
6. Жауабы:3
7. Жауабы:4
8. Жауабы:1,2,3,4
9. Жауабы:1,2
10. Жауабы:2
11. Жауабы:1,2,3
12. Жауабы:2,3
13. Жауабы:2
14. Жауабы:2,3
15. Жауабы:2
16. Жауабы:2
17. Жауабы:3
18. Жауабы:3
19. Жауабы:

қылмыскерлердің өзіңізге назар аударуына жол бермеңіз (олардың көзіне қарамаңыз және сұрақтар қоймаңыз); әрбір әрекетіңізге рұқсат сұраңыз; басқыншылардың талаптарын еш қарсылықсыз орындаңыз; босату бойынша операциялар жүргізу кезінде еденге жатыңыз және бұйрық бергенше тұрмаңыз; көзді жасаурататын газдар қолданса, дымқыл мата арқылы тыныс алыңыз және кірпігіңізді жиі қозғалтыңыз; ғимараттан (көліктік құралдардың) бұйрық берген соң ғана және мүмкіндігінше тезірек шығыңыз.

20. Жауабы:2

Экспресс-тестілеу кілттері «ТЖ»:

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

Тақырып: «Жаппай зақымдау қарулары және құтқару жұмыстары»

1. Жауабы: I -2, II-1
2. Жауабы: 3, сәйкес 1г, 2в. 3д
3. Жауабы: 2
4. Жауабы: 4
5. Жауабы: 3
6. Жауабы: 3

7. Жауабы: 5
8. Жауабы: 5
9. Жауабы: 6, 5, 1, 8, 2, 3, 7, 4, 9, 10
10. Жауабы: 1б, 2в, 3в, 4б, 5в
11. Жауабы: 1в, 2а, 3г
12. Жауабы: 1д, 2в, 3г, 4а, 5в
13. Жауабы: 4, 1, 5, 2, 3
14. Жауабы: 2, 4, 6, 9, 10, 11
15. Жауабы: 1, 3, 4, 5, 6, 7, 10
16. Жауабы: 5
17. Жауабы: 4
18. Жауабы: 3
19. Жауабы: 1
20. Жауабы: 5

Тақырып: «Өртке қарсы шаралар»

1. Жауабы: 3
2. Жауабы: 2
3. Жауабы: 3
4. Жауабы: 2
5. Жауабы: 3
6. Жауабы: 2
7. Жауабы: 3
8. Жауабы: 2
9. Жауабы: 2
10. Жауабы: 2
11. Жауабы: 2
12. Жауабы: 3
13. Жауабы: 1
14. Жауабы: 3
15. Жауабы: 1
16. Жауабы: 3
17. Жауабы: 5
18. Жауабы: в, б, а, д, г, е
19. Жауабы: 5
20. Жауабы: 4

Тақырып: «Алғашқы медициналық көмек»

1. Жауабы:

жарақаттану қандай дәрежеде болмасын қауіпті.

Егер сізде болмашы жара, жарақаттар болса, сутек пероксиді ерітіндісімен шайып, таңғыш таңсаңыз болады. Біздің жағдайда, кейіпкерлерге

міндетті түрде: қан ағуды тоқтату керек (таңғыш таңу, оны қойған уақытты көрсетуді ұмытпаңыз), егер оқтан болған жарақат болса немесе бөгде заттар еніп кетсе, онда өзіңіз шығарып алуға тырыспаңыз. Дереву дәрігерді шақырып, келгенше абайлап «өзге нәрсеге» тигізіп алмай, таңғыш таңу. Егер жарақат кесіп алу нәтижесінде болса, онда сол кезде де таңғыш таңылады және мүмкіндігінше ауруханаға жатқызу керек.

2. Жауабы:

адамға күн тию – әрбірінің басында болуы мүмкін. Тар киім, белсенді қозғалу жеткілікті, соның салдарынан шаршағыштық, әлсіздік, бас ауыруы болады. Сізге күн тисе не істеу керек? Бұл кезде бөлмені желдетіп, дымқыл орамалмен сүртініп, салқын сұйықтық ішу керек, бірақ ешқашан газдалған сусын немесе алкогольді ішімдік ішпеңіз. 15 минут өткен соң сіз өзіңізді жақсы сезінуіңіз керек, егер белгілері нашарласа, дереу дәрігер шақырыңыз. Жағдайының нашарлау белгілері: есеінен тану, беттің көгеріп түсін өзгертуі, тынысының нашарлауы.

3. Жауабы:

қолды сындырып алу – қауіпті, ал иықты – одан да қауіпті. Осындай оқиға орын алса не істеу керек? Жедел жәрдем жолда келе жатыр. Ең алдымен өзіңізге ыңғайлы қалыпта тұрып көмекке шақыру қажет. Ең басты ереже – сынған бөлікті қозғалтпау керек, әйтпесе сүйек жылжып кетуі мүмкін. Егер жедел жәрдем келмесе, онда сынған жерді белгілеп алып, қолда бар материалдармен: тақтай, таяқ, орамал, киім қалдығынан таңғыш қалақ салу. Міндетті түрде ауруханаға жатқызу керек.

4. Жауабы:

көздің күйі қалжың емес. Егер ондай жағдай орын алса, онда алғашқы жәрдем беру үшін көп мөлшердегі сумен жуасыз. Ысқыламаңыз және ешқандай ұнтақтар қолданбаңыз. Қышқыл, сілті көзді тез жеу қасиетіне ие, сондықтан тезірек дәрігер шақырыңыз.

5. Жауабы:

сыну әрбір адамда болуы мүмкін, сондықтан барлығына дайын болу керек. Таңғыш қалақ, дәке, бинтті өзіңізбен бірге алып жүру керек, ал таңғыш алып жүрудің қажеті жоқ, қолда бар заттармен таңғыш қалаққа ұқсас заттар жасай білу қажет. Сынған аяқты дұрыс белгілеу керек және тыныштықта болуы керек, егер ашық сынық болса, сүйекті орнына қоюға тырыспаңыз! Тек таңғышпен жай ғана жауып қойып, зардап шегушіні ауруханаға жіберу керек. Ауруханада сол жерді жансыздандырып, гипс салады. Жабық сынық кезінде таңғыш қалақ салып, тыныштықта қою. Содан соң ауруханаға жіберу.

6. Жауабы: 3, 4, 6, 5, 2, 1

7. Жауабы: 4, 5, 6

8. Жауабы: I-4, II-4, III-3, 4, 5, IV-7, 8, V-3, 4, VI-3, 4
9. Жауабы: 6, 2, 4, 8, 3, 9
10. Жауабы: 5, 7(9), 2, 1
11. Жауабы: 4, 5, 6, 8, 9, 1, 13, 11
12. Жауабы: 2, 5, 3, 1, 9
13. Жауабы: 3, 9, 4, 10, 14
14. Жауабы: 5, 3, 4, 10, 8, 9
15. Жауабы: 1, 2, 3, 4, 7, 9
16. Жауабы: 3, 5, 7, 2, 6, 4, 1
17. Жауабы: 1, 3, 5, 6, 7, 9, 11, 13
18. Жауабы: 1, 2, 3, 4, 5, 6

19. Жауабы:

сол жақ ұйқы артериясынан омыртқаға қарай саусақпен басу арқылы мойын жарақатындағы қан ағуды тоқтатып, оң қолын көтере отырып бинт айналымдарын оң жағына жүргізіп, ұшқышпен түйнеуші таңғыш салу. Іле-шала оң жіліншікке жарадан жоғары және сол жақ жіліншіктің төменгі жағының үштен біріне таңғыш қою. Ауыруды басу. Жараға таңғыш қою. Аяқты бекіту. Жарақаттанушыға көп мөлшерде сұйықтық ішкізу. Таңғыштар қойылған күн, уақыт көрсетілген жазбахат қалдыру. Зардап шегуші бірінші кезектегі әкетілетін адам болып саналады.

20. Жауабы:

ауруды жатқызып, асқазан тұсына «суықты» қамтамасыз ету керек, бір түйір мұз жұтса да болады, тез арада ауруханаға жатқызу керек, асқазанның ойық жарасы қан ағуымен асқынып кеткендіктен, хирургтен кеңес алу керек. Қорытынды шағымдары мен дұрыс зерттеудің негізінде жасалды: «кофе қоюы» түрінде құсу, бастың айналуы, әлсіздік, тері беттерінің бозаруы, тахикардия, артериялық қысымының төмендеуі, аурушаңдық, эпигастралдық ауданда бұлшықеттерінің күш салуы.

Тақырып: «Табиғи ортада автономды тіршілік студия шарттары және салауатты өмір салты»

1. Жауабы: 3
2. Жауабы: 2
3. Жауабы: 2, 3, 5
4. Жауабы: 1
5. Жауабы: 1
6. Жауабы: 3
7. Жауабы: А
8. Жауабы: А-2, Б-500-ден 1000г дейін, В-2 немесе 3 бөлім
9. Жауабы:

шамадан тыс тамақтану нәтижесінде ағзадағы алмасу процестері өзгереді, олардың қарсы тұру қабілеті нашарлайды, иммундық қорғанысы әлсірейді.

10. Жауабы:

Жердегі ядролық жарылыс кезінде оның бұлты бірнеше мыңдаған тонна топырақты ілестіре алып кетеді. Радиациялық бөлшектер минералдық шаңдармен араласып, балқиды да сол жерге тұнады. Ауа болмашы дәрежеде ғана ластанады. Радиобелсенді бұлт ізінің қалыптасуы бірнеше сағаттардан кейін аяқталады. Осы уақытта метеорологиялық жағдайлар ереже бойынша, күрт өзгермейді және бұлт ізі нақты геометриялық өлшем мен келбетке ие болады. Бұл жағдайда адамдар үшін ең басты қауіптілік – олардың радиобелсенді бұлт ізінде болуы сыртқы жұтылуға әкеліп соғады (жалпы жұтылу дозасы 90-95%). Ішкі жұтылу дозасы білінер-білінбес болады. Ол радиобелсенді заттардың ішкі ағзаларға тыныс алу мүшелері арқылы және азық-түлік арқылы енуімен түсіндіріледі.

АЭС-тағы авариялар кезінде бөлінетін ядролық жанармайлар өнімінің белгілі-бір мөлшері бу күйінде немесе аэрозоль күйінде болады. Олардың атмосфераға таралуы бірнеше тәуліктен бірнеше аптаға дейін созылуы мүмкін. Қоршаған орта мен адамдарға радиобелсенді қалдықтардың әсері авариядан кейінгі алғашқы сағаттарда, тәулікте радиобелсенді бұлт пен радиобелсенді қалдықтардың сол жерде пайда болуы сыртқы жұтылумен түсіндіріледі, сонымен бірге бұлт қалдықтарынан радионуклидтерді жұту нәтижесінде ішкі жұтылу да орын алады. Алдағы бірнеше жылдар бойы адамдарда жұтылу дозасының жинақталуы мен зиянды әсері түскен радионуклидтер мен ластанған азық-түліктер мен суды қолдану нәтижесі биологиялық шынжыршаға еліктірілуімен түсіндіріледі.

14. Жауабы:

Нашақорлық – бұл жастық шағындағы үнемі өлім. Қазақстанда нашақорлықтың артуы ұлт қайғысы болып отыр. Әсіресе, нашақорлардың ортасы негізінен жастармен толықтырылуы өте қорқынышты. Жүйке жүйесінің өзгерісі наша қабылдаған алғашқы айлардан-ақ басталады. Бұл этапта бастың ауруы, ұйқының бұзылуы, жүрек соғысы мен артериялық қысымның тұрақсыздығы. Қолдан жасалған және синтетикалық нашақорлық заттарды қолдану кезінде паркинсонизм синдромы байқалады. «Сыну» ауыр периоды 8-10 күнге созылады және келесі симптоматикалармен сипатталады: құсу, іш өту, сыздап ауырулар, буындар мен бұлшықеттердің «бұрауы», қорқыныш сезімі, үрей. Препараттарды шамадан тыс қолдану шок пен нашақордың кенеттен өліміне әкеліп соғады.

17. Жауабы:

Академик Ф.Г. Угловтың салауатты өмір сүру салтын сақтаудың 12 түрлі өмірлік қағидасы: 1) Отаныңды сүй және оны қорға. Отансыздар көп өмір сүрмейді. 2) Жұмысыңды және физикалық жұмысты сүй. 3) Өзіңді басқаруды үйрен. Қандай жағдай болмасын еңсенді түсірме. 4) Ешқашан ішімдік пен темекіге әуестенбе, әйтпесе қалған ұсыныстардың еш пайдасы болмайды. 5) Өз жанұяңды сүй. Ол үшін жауап бере біл. 6) Қандай жолмен болмасын, өзіңнің

қалыпты салмағыңды сақта. Тойып тамақ іше! 7) Жолда абай бол. Жол қазіргі кезде адам өмірі үшін ең қауіпті орын болып табылады. 8) Уақытында дәрігерге баруға қорықпа. 9) Өз балаларыңды денсаулығына кері әсер беретін музыкадан сақта. 10) Еңбек пен демалыс режимі дененің жұмыс негізіне құрылған. Өз дененді сүй және оны аяла. 11) Жекелеген ажалсыздық қол жетімсіз, бірақ сенің өміріңнің ұзақтығы көп жағдайда өзіңе ғана байланысты. 12) Игі іс жаса; бірақ өкінішке орай жамандық өздігінен болады.

Қосымша Б

Қызықты тапсырмалардың жауаптары

1. Анаграмма «Табиғи сипаттағы төтенше жағдайлар»: лава, тайфун, цунами, сарма.

2. Бас қатырғы «Табиғи сипаттағы экстремалды жағдайлар»: боран, бұршақ, жер сілкінісі, құрғақшылық, сырғыма, торнадо.

3. Сөзжұмбақ «Экстремалды жағдайлар»

С	Ы	Р	Ғ	Ы	М	А													
					С	И	Р	О	К	К	О								
		Ж	Е	Р	С	І	Л	К	І	Н	І	С	І						
				Ө	Р	Т													
		Ф	У	Н	А	Р	О	Л	А										
					Н	А	Й	З	А	Ғ	А	Й							
						Л	А	В	А										
О	Х	О	С	Д	Е	Л	Б	С	А	Л	А	Д	О						

4. Ребустар «Экстремалды жағдайлар»: терроризм, тайфун, тасқын, цунами.

5. Сөзжұмбақ «Көшкіндер, жылжымалар, селдер»

					¹ Т	А	Р	Б	А	Ғ	А	Т	А	Й					
					² Ж	Ы	Л	Ж	Ы	М	А	Л	А	Р					
						³ Ж	О	Й	Т	А	С	Қ	Ы	Н					
								⁴ Т	А	С	Қ	Ы	Н						
								⁵ Б	Ұ	Р	Ш	А	Қ						
									⁶ С	Ә	У	І	Р						
									⁷ Ж	А	Р	Ы	Л	Ы	С				
									⁸ Қ	Ұ	Т	Қ	А	Р	У	Ш	Ы		
									⁹ К	Ө	Ш	К	І	Н					
										¹⁰ Қ	О	Р	Ғ	А	У				
										¹¹ Ә	В	А	К	У	А	Ц	И	Я	

14. Чайворд «Медициналық білім негіздері»

	¹ В ⁵	И	Р	У	С	⁷ Т	А	Р					
	А					Е							
³ К	Ө	К	Т	А	М	Ы	Р						
	Ц					Р							
	И					О							
	Н					Р					8К		
	² А	Р	Т	Е	Р	И	Я				О		
	Ц					З					К		
	И					М					А		
	⁴ Я										Й		
	Д	Р	О	Л	Ы	Қ	Қ	А	Р	⁶ У	Р	А	Н

15. Сөзжұмбақ «Денсаулық»

							⁶ Б		
							А		
							К		
							Т		
							Е		⁸ Е
							С		
							Т		
¹ Г		³ Н							
Е		А							
Н		Р							
Е	¹ Т	К							
Т	Е	О	⁴ А	⁵ И	Р				
И	М	М	У	Н	И	⁷ Т	Е	⁹ Т	
К	Е	А	Р	С	Я	А	Н	У	
А	К	Н	У	У		К	Т	Б	
	І	И		Л		С	А	Е	
		Я		И		И	Н	Р	
				Н		К	Д	К	
						О	Ы	У	
						М	Р	Л	
						А	У	Е	
						Н		З	
						И			
						Я			

