

**федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
Первый Московский государственный медицинский университет им. И.М. Сеченова
Министерства здравоохранения Российской Федерации
(Сеченовский Университет)**

Методические материалы по дисциплине:

Управление личной безопасностью

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования – программа специалитета.

12.05.01 Электронные и оптико-электронные приборы и системы специального назначения

- 1. Управление личной безопасностью – это:**
осознанное управление рисками для защиты жизни, здоровья и благополучия;
- 2. Основным источником потенциальной опасности является:**
сама деятельность человека и окружающая среда;
- 3. Первым этапом обеспечения личной безопасности является:**
идентификация и оценка угроз;
- 4. Потенциально опасная ситуация, которая может привести к негативным последствиям, – это:**
угроза;
- 5. Превентивная мера по защите жилища от проникновения – это:**
установка надежных замков и охранной сигнализации;
- 6. Основное правило безопасного поведения в толпе – это:**
избегать центра скопления людей и держаться ближе к краям;
- 7. Признаком потенциально опасного предмета в общественном месте может служить:**
наличие бесхозных проводов, изолянты и необычный запах;
- 8. При возникновении пожара в здании необходимо:**
немедленно покинуть здание, используя запасные выходы;
- 9. Комплекс мер по защите персональных данных в интернете называется:**
кибергигиена;
- 10. Наиболее надежный тип пароля для онлайн-аккаунтов – это:**
длинная комбинация из букв (заглавных и строчных), цифр и специальных символов;
- 11. Фишинг – это вид мошенничества, направленный на:**
получение конфиденциальных данных (логинов, паролей) через поддельные сайты и письма;
- 12. Основное правило при общении с незнакомцем по телефону, который запрашивает личные данные, – это:**
не предоставлять никакой информации и прекратить разговор;
- 13. Признаком мошеннического «Благотворительного» сбора средств является:**
требование срочной оплаты наличными или через неофициальные

платежные системы;

14. Цель базовых приемов самообороны – это:

выиграть время для отхода и привлечения внимания, а не вступать в бой;

15. При движении в темное время суток по улице рекомендуется:

идти по освещенной стороне улицы, навстречу движению транспорта;

16. Основной принцип безопасности при использовании банкомата – это:

прикрывать клавиатуру при вводе PIN-кода и быть внимательным к посторонним;

17. Наиболее безопасная поза при падении в общественном транспорте – это:

сгруппироваться, втянуть голову в плечи, согнуть ноги и руки;

18. Документ, удостоверяющий личность, в повседневной ситуации рекомендуется:

носить с собой, но избегать его демонстрации без необходимости;

19. При попадании в заложники главной первоначальной задачей является:

сохранять спокойствие и выполнять требования захватчиков;

20. Потенциальную угрозу для личной безопасности в социальных сетях представляет:

размещение информации о своем местоположении в реальном времени и личных фото;

21. Сигналом для немедленного покидания помещения при чрезвычайной ситуации является:

срабатывание системы оповещения или задымление;

22. Основное правило при обнаружении подозрительного бесхозного предмета в транспорте – это:

немедленно сообщить водителю или сотрудникам полиции и отойти на безопасное расстояние;

23. Регулярное резервное копирование важных данных с компьютера необходимо для защиты от:

потери информации в случае вирусной атаки или поломки устройства;

24. Двухфакторная аутентификация используется для:

усиления защиты учетной записи путем запроса дополнительного кода подтверждения;

25. Признаком телефонного мошенничества «Вы выиграли приз» является:

требование предоплаты для получения «выигрыша»;

26. При возникновении давки в толпе необходимо:

застегнуть одежду, держать руки согнутыми в локтях перед грудью и двигаться по направлению потока, не останавливаясь;

27. Наиболее безопасный способ хранения крупных денежных сумм – это:

использование банковской ячейки или безналичного расчета;

28. При внезапном нападении с целью грабежа рекомендуется:

не оказывать сопротивления и отдать требуемые вещи;

29. Состояние повышенной готовности и внимания к окружающей обстановке называется:

наблюдательность (ситуационная осведомленность);

30. При утечке газа в квартире необходимо:

перекрыть газовый кран, открыть окна и немедленно покинуть помещение, не включая электроприборы;

31. Основной принцип безопасного вождения автомобиля – это:

прогнозирование действий других участников движения;

32. Для защиты от краж в общественном транспорте ценные вещи следует:

держат в застегивающихся внутренних карманах или переднем отделении сумки;

33. При получении письма с угрозами по электронной почте необходимо:

не отвечать на него, сохранить письмо и обратиться в правоохранительные органы;

34. Цель создания плана действий в чрезвычайной ситуации для семьи – это:

четкое определение места встречи и порядка действий каждого члена семьи;

35. Признаком подготовки мошенничества с банковской картой (скимминг) является:

наличие накладной клавиатуры или постороннего устройства в прорези картоприемника;

36. Наиболее безопасный способ прохождения незнакомого маршрута – это:

предварительное изучение карты и выбор освещенных улиц;

37. При оказании первой помощи пострадавшему с сильным кровотечением необходимо:

наложить давящую повязку на рану;

38. Основное правило поведения при землетрясении, если вы находитесь в здании, – это:

укрыться под прочным столом или в дверном проеме, вдали от окон;

39. Психологическое давление с целью заставить человека совершить определенные действия – это:

манипуляция;

40. План личной безопасности должен быть:

простым, понятным и известным всем членам семьи;

41. Признаком того, что за вами ведут слежку, может быть:

неоднократное появление одного и того же человека или автомобиля в разных местах;

42. При возникновении конфликта с агрессивно настроенным человеком на улице рекомендуется:

не вступать в пререкания, извиниться и покинуть место конфликта;

43. Аптечка первой помощи должна находиться:

в легкодоступном месте дома и в автомобиле;

44. Основное правило безопасности при встрече с незнакомым человеком, предложившим помощь, – это:

вежливо отказаться и не садиться в его транспортное средство;

45. Регулярное обновление программного обеспечения на устройствах необходимо для:

установки «заплаток» для устранения уязвимостей системы;

46. При эвакуации из многоэтажного здания при пожаре запрещено:
пользоваться лифтом;

47. Наиболее эффективный способ защиты от большинства видов мошенничества – это:

критическое мышление и проверка информации из официальных источников;

48. При попадании в дорожно-транспортное происшествие (ДТП) необходимо:

включить аварийную сигнализацию, выставить знак аварийной остановки и вызвать ГИБДД;

49. План личной безопасности должен быть:

простым, понятным и известным всем членам семьи;

50. Ключевой принцип управления личной безопасностью – это:
опережающий подход к идентификации и минимизации рисков.