

75

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ТУР  
Возрастная группа (10классы)

Уважаемый участник олимпиады!

Вам предстоит выполнить теоретические (модуль 1) и тестовые задания (модуль 2).  
Время выполнения заданий 90 (минут).  
Максимальная оценка 150 баллов.

Модуль I. Теоретические задания

Задание 1. Безопасность в туристических проходах.

Напишите, что является основными опасностями для туристов при передвижениях в пещерах.

В Пониженная влажность, возможность  
задохнуться от пыли, затопление водными.

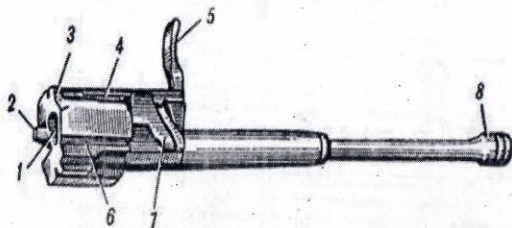
Оценочные баллы: максимальный - 24 балла.

Задание 2. Дополните предложение.

Опасности, вызванные действиями или бездействием человека, называются \_\_\_\_\_ (1) опасностями.

Оценочные баллы: максимальный - 10 баллов.

Задание 3. На рисунке изображен ударно-спусковой механизм автомата Калашникова. Напишите номера, под которыми изображены основные части механизма.



	Название
+	А. канал для затвора;
+	Б. предохранительный выступ;
+	В. выступ для опускания рычага автоспуска

-	Г. паз для отгиба ствольной коробки	6
+	Д. рукоятка	5
-	Е. паз для отражательного выступа	4
-	Ж. фигурный вырез	3
+	З. газовый поршень	8

Оценочные баллы: максимальный - 32 балла.

Задание 4. Переохлаждение - расстройство функций организма в результате понижения температуры тела под воздействием холода. Существует три степени переохлаждения. Укажите признаки, которые относятся к 1 степени, 2 степени и 3 степени.

1. Дыхание становится совсем редким - до 3-4 в минуту. - Землячки +
2. Появляются озноб, затруднения речи, «гусиная кожа». - Землячки -
3. Температура тела понижается до 32-34 градусов. - Землячки +
4. Кожные покровы приобретают бледную окраску. - Землячки +
5. Температура тела понижается до 29-32 градусов. - Землячки -
6. Пульс значительно замедляется - до 50 ударов в минуту. - Землячки +
7. Человек уже теряет сознание. - Землячки -
8. Кожа становится синюшной, на ощупь холодной. - Землячки -
9. Температура тела становится ниже 31 градуса. - Землячки -
10. Пульс замедляется до 36 биений в минуту. - Землячки +
11. Частовозникают судороги и рвота. - Землячки -
12. Происходит острое кислородное голодание головного мозга. - Землячки +

Оценочные баллы: максимальный - 24 балла.

Задание 5. Вставьте пропущенные цифры в предложении. Ответы напишите

Сердечно легочная реанимация заключается в чередовании надавливаний на грудную клетку и вдохов искусственного дыхания. Производиться (1) \_\_\_\_\_ надавливаний на грудную клетку пострадавшего строго перпендикулярно грудной клетке, на глубину (2) \_\_\_\_\_ с частотой (3) \_\_\_\_\_ в минуту. После надавливаний необходимо открыть дыхательные пути, зажать пальцами его нос и сделать пострадавшему два искусственных вдоха с паузой около (4) 40 сек. После этого сразу приступить к надавливаниям на грудную клетку и чередовать надавливания и вдохи в соотношении (5) \_\_\_\_\_.

Оценочные баллы: максимальный - 20 баллов.

Задание 6. Перед Вами последний куплет гимна РФ, напишите пропущенные слова.

Широкой (1) простор для свободы (2) и для жизни

Грядущие нам открывают года,  
Нам счастья (3) дает наша верность (4)  
Отчизне, Так добро (5) так есть и  
так будет всегда.

Оценочные баллы: максимальный - 20 баллов.

Максимальное количество баллов за теоретические задания - 130 баллов.

10-053P-2

Модуль 2. Тестовые задания

Определите правильный ответ и впишите его в таблицу	
1	Здоровый образ жизни – это: а) Лечебно-оздоровительный комплекс мероприятий; б) Перечень мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья; в) Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья.
2	Что такое двигательная активность? а) Любая мышечная активность, обеспечивающая оптимальную работу организма и хорошее самочувствие; б) Занятие физической культурой и спортом; в) Количество движений, необходимых для работы организма.
3	Заражение гонореей происходит: а) При попадании микроба на половые органы здорового человека; б) При попадании микроба в кровь здорового человека; в) При попадании микроба на кожу здорового человека
4	Появления твердого шанкра – это один из признаков: а) Первичного сифилиса; б) Вторичного сифилиса; в) Третичного сифилиса
5	Если вы упали в толпе, необходимо: а) Лежать неподвижно и подождать пока толпа станет разреженной. б) Сгруппироваться и быстро встать; в) Громко кричать и зацепиться за идущих людей
6	Вы пришли домой и замечаете, что в квартире кто-то побывал (распахнута дверь, выбито окно и т. п.). Ваши действия: а) Не будете входить в квартиру, а вызовете полицию по телефону от соседей; б) Войдете в квартиру, осмотрите ее, установите, какие вещи исчезли, и сообщите об этом в полицию; в) Войдете в квартиру и сразу сообщите в полицию по телефону 102
7	В приведенных рекомендациях по действиям человека в момент захвата его заложником, выделите, которые ни в коем случае нельзя совершать заложнику: а) Оцените обстановку, свои возможности сопротивления, вооруженность, количество и агрессивность преступников; б) Оказывайте физическое сопротивление преступникам, при любой малейшей возможности убегайте; в) Попытайтесь определить главаря преступников и психологически воздействовать на его сознание, убеждая отказаться от неправомерных действий; д) Нужно пересилить психологический шок, постараться успокоиться, отвлечься, расслабиться
8	Какой терроризм выступает против социально-политической системы государства в целом или отдельных сторон его деятельности либо конкретных политических личностей? а) Криминальный;

	б) Националистический; в) Политический
9	Национальные интересы России в международной сфере состоят: а) В обеспечении стабильности конституционного строя, институтов государственной власти; б) В обеспечении демократических перемен и уничтожении терроризма; в) В упрочении позиций России как великой державы – одного из влиятельных центров многополярного мира; г) В обеспечении интернационализма и создания причин возврата к социализму.
10	Система постоянного наблюдения за процессами, происходящими в техносфере и природной среде называется: а) предупреждение; б) прогнозирование; в) мониторинг.
11	К какому типу защитных сооружений относятся дамбы, плотины, шлюзы? а) гидротехнические; б) гидродинамические; в) гидрологические
12	Одним из мероприятий по повышению физической стойкости объектов является: а) строительство защитных сооружений ГО; б) сейсмостойкое строительство; в) совершенствование системы оповещения о ЧС.
13	Отравление каким АХОВ произошло, если имеются следующие признаки: ощущение удушья, кашель, раздражение кожи, слезотечение, резь в глазах, насморк, боли в желудке? Назовите правильный ответ: а) Хлор; б) Аммиак; в) Фосфорорганические соединения; г) Угарный газ
14	РСЧС может функционировать в следующих режимах: а) режим повседневной деятельности; б) режим повышенной готовности; в) режим чрезвычайной ситуации; г) все ответы правильные.
15	Как вы будете переправляться, если лед на водоеме ненадежен, а обойти его нет возможности? а) с шестом, держа его горизонтально на уровне груди; б) ползком; в) обычным шагом, простукивая лед впереди палкой
16	Какого цвета должна быть верхняя одежда туриста: а) однотонного цвета; б) яркая, демаскирующая; в) из камуфлированного материала
17	В каком созвездии находится Полярная звезда, и какое направление она указывает: а) В созвездии Малая Медведица и указывает на Север; б) В созвездии Малая Медведица и указывает на Юг; в) В созвездии Большая медведица и указывает на Север.

Ю-053Р-2

18 +	Убежища должны обеспечивать надежную защиту укрываемых в нем людей не менее: <input checked="" type="radio"/> а) 2-х суток; <input type="radio"/> б) 4-х суток; <input type="radio"/> в) 7-и суток.
19 +	Какое воинское звание ниже остальных по рангу? <input type="radio"/> а) Капитан второго ранга; <input checked="" type="radio"/> б) Главный корабельный старшина; <input type="radio"/> в) Младший лейтенант;
20 -	Какая битва не входит в перечень, определенный Законом о днях воинской славы России? <input type="radio"/> а) взятие крепости Измаил (1790); <input type="radio"/> б) взятие перевала Сен-Готард (1799); <input checked="" type="radio"/> в) Бородинская битва (1812); <input type="radio"/> г) Битва на Орловско-Курской дуге (1943).

Максимальное количество баллов за тестовые задания -20 баллов.

Максимальное количество баллов за теоретические задания 150 баллов



10-0БЗР-5

88

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ТУР  
Возрастная группа (10 классы)

Уважаемый участник олимпиады!

Вам предстоит выполнить теоретические (модуль 1) и тестовые задания (модуль 2).  
Время выполнения заданий 90 (минут).  
Максимальная оценка 150 баллов.

Модуль 1. Теоретические задания

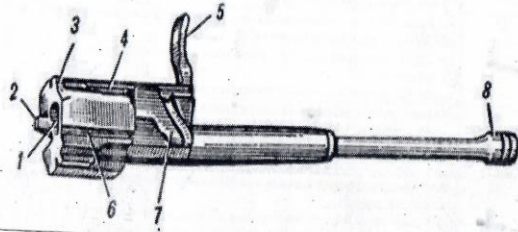
Задание 1. Безопасность в туристических походах.  
Напишите, что является основными опасностями для туристов при передвижениях в пещерах.

Оценочные баллы: максимальный - 24 балла.

Задание 2. Дополните предложение.  
Опасности, вызванные действиями или бездействием человека, называются \_\_\_\_\_ (1) опасностями.

Оценочные баллы: максимальный - 10 баллов.

Задание 3. На рисунке изображен ударно-спусковой механизм автомата Калашникова. Напишите номера, под которыми изображены основные части механизма.



Название	
А. канал для затвора;	1
Б. предохранительный выступ;	2
В. выступ для опускания рычага автоспуска	3

Г. паз для отгиба ствольной коробки	4
Д. рукоятка	5
Е. паз для отражательного выступа	6
Ж. фигурный вырез	8
З. газовый поршень	7

Оценочные баллы: максимальный - 32 балла.

Задание 4. Переохлаждение - расстройство функций организма в результате понижения температуры тела под воздействием холода. Существует три степени переохлаждения. Укажите признаки, которые относятся к I степени, 2 степени и 3 степени.

1. Дыхание становится совсем редким - до 3-4 в минуту. 2 степ. -
2. Появляются озноб, затруднения речи, «гусиная кожа». 1 степ. +
3. Температура тела понижается до 32-34 градусов. 1 степ. +
4. Кожные покровы приобретают бледную окраску. 2 степ. -
5. Температура тела понижается до 29-32 градусов. 3 степ. -
6. Пульс значительно замедляется - до 50 ударов в минуту. 1 степ. -
7. Человек уже теряет сознание. 3 степ. +
8. Кожа становится синюшной, на ощупь холодной. 2 степ. +
9. Температура тела становится ниже 31 градуса. 3 степ. +
10. Пульс замедляется до 36 биений в минуту. 1 степ. -
11. Частовозникают судороги и рвота. 1 степ. -
12. Происходит острое кислородное голодание головного мозга. 2 степ. -

Оценочные баллы: максимальный - 24 балла.

Задание 5. Вставьте пропущенные цифры в предложении. Ответы напишите  
Сердечно легочная реанимация заключается в чередовании надавливаний на грудную клетку и вдохов искусственного дыхания. Производиться (1) надавливаний на грудную клетку пострадавшего строго перпендикулярно грудной клетке, на глубину (2) \_\_\_\_\_ с частотой (3) \_\_\_\_\_ в минуту. После надавливаний необходимо открыть дыхательные пути, зажать пальцами его нос и сделать пострадавшему два искусственных вдоха с паузой около (4) \_\_\_\_\_. После этого сразу приступить к надавливаниям на грудную клетку и чередовать надавливания и вдохи в соотношении (5) \_\_\_\_\_.

Оценочные баллы: максимальный - 20 баллов.

Задание 6. Перед Вами последний куплет гимна РФ, напишите пропущенные слова.

Широки (1) простор для \_\_\_\_\_ (2) и для жизни

Грядущие нам открывают года.  
Нам \_\_\_\_\_ (3) ласк наша \_\_\_\_\_ (4)  
Отчизне, Так \_\_\_\_\_ (5) так есть и  
так будет всегда.

Оценочные баллы: максимальный - 20 баллов.

Максимальное количество баллов за теоретические задания - 130 баллов.

10-053P-5

Модуль 2. Тестовые задания

Определите правильный ответ и впишите его в таблицу	
1	Здоровый образ жизни—это: а)Лечебно-оздоровительный комплекс мероприятий; б)Перечень мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья; в)Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья.
2	Что такое двигательная активность? а)Любая мышечная активность, обеспечивающая оптимальную работу организма и хорошее самочувствие; б)Занятие физической культурой и спортом; в)Количество движений, необходимых для работы организма.
3	Заражение гонореей происходит: а)При попадании микроба на половые органы здорового человека; б) При попадании микроба в кровь здорового человека; в)При попадании микроба на кожу здорового человека
4	Появления твердого шанкра—это один из признаков: а) Первичного сифилиса; б) Вторичного сифилиса; в) Третичного сифилиса
5	Если вы упали в толпе, необходимо: а)Лечь неподвижно и подождать пока толпа станет разреженной. б) Сгруппироваться и быстро встать; в)Громко кричать и защищаться за идущих людей
6	Вы пришли домой и замечаете, что в квартире кто-то побывал (распахнута дверь, выбито окно и т. п.). Ваши действия: а)Не будете входить в квартиру, а вызовете полицию по телефону от соседей; б)Войдете в квартиру, осмотрите ее, установите, какие вещи исчезли, и сообщите об этом в полицию; в)Войдете в квартиру и сразу сообщите в полицию по телефону 102
7	В приведенных рекомендациях по действиям человека в момент захвата его заложником, выделите, которые ни в коем случае нельзя совершать заложнику: а)Оцените обстановку, свои возможности сопротивления, вооруженность, количество и агрессивность преступников; б)Оказывайте физическое сопротивление преступникам, при любой малейшей возможности убегайте; в) Попытайтесь определить главаря преступников и психологически воздействовать на его сознание, убеждая отказаться от неправомерных действий; д)Нужно пережить психологический шок, постараться успокоиться, отвлечься, расслабиться
8	Какой терроризм выступает против социально-политической системы государства в целом или отдельных сторон его деятельности либо конкретных политических личностей? а) Криминальный;

	б)Националистический; в)Политический
9	Национальные интересы России в международной сфере состоят: а) В обеспечении стабильности конституционного строя, институтов государственной власти; б) В обеспечении демократических перемен и уничтожении терроризма; в) В упрочении позиций России как великой державы – одного из влиятельных центров многополярного мира; г) В обеспечении интернационализма и создания причин возврата к социализму.
10	Система постоянного наблюдения за процессами, происходящими в техносфере и природной среде называется: а) предупреждение; б) прогнозирование; в) мониторинг.
11	К какому типу защитных сооружений относятся дамбы, плотины, шлюзы? а) гидротехнические; б) гидродинамические; в) гидрологические
12	Одним из мероприятий по повышению физической стойкости объектов является: а) строительство защитных сооружений ГО; б) сейсмостойкое строительство ; в) совершенствование системы оповещения оЧС.
13	Отравление каким АХОВ произошло, если имеются следующие признаки: ощущение удушья, кашель, раздражение кожи, слезотечение, резь в глазах, насморк, боли в желудке? Назовите правильный ответ: а) Хлор; б) Аммиак; в) Фосфорорганические соединения; г) Угарный газ
14	РСЧС может функционировать в следующих режимах: а) режим повседневной деятельности; б) режим повышенной готовности; в) режим чрезвычайной ситуации; г) все ответы правильные.
15	Как вы будете переправляться, если лед на водоеме ненадежен, а обойти его нет возможности? а) с шестом, держа его горизонтально на уровне груди; б) ползком; в) обычным шагом, простукивая лед впереди палкой
16	Какого цвета должна быть верхняя одежда туриста: а) однотонного цвета; б) яркая, демаскирующая; в) из камуфлированного материала
17	В каком созвездии находится Полярная звезда, и какое направление она указывает: а) В созвездии Малая Медведица и указывает на Север; б) В созвездии Малая Медведица и указывает на Юг; в) В созвездии Большая медведица и указывает на Север

12

10-053P-5

18 —	Убежища должны обеспечивать надежную защиту укрываемых в нем людей не менее: а) 2-х суток; б) 4-х суток; в) 7-и суток.
19 +	Какое воинское звание ниже остальных по рангу? а) Капитан второго ранга; б) Главный корабельный старшина; в) Младший лейтенант;
20 +	Какая битва не входит в перечень, определенный Законом о днях воинской славы России? а) взятие крепости Измаил (1790); б) взятие перевала Сен-Готард (1799); в) Бородинская битва (1812); г) Битва на Орловско-Курской дуге (1943).

Максимальное количество баллов за тестовые задания - 20 баллов.

Максимальное количество баллов за теоретические задания 150 баллов



Олимпиадные задания школьного этапа  
по ОБЗР. 2024 г.  
5-6 классы.

1. В каком местном органе управления можно выяснить потенциальную опасность возникновения чрезвычайных ситуаций в районе вашего проживания?
- а) в отделении полиции;  
 б) в местном органе управления по делам гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям;  
 в) в местном органе санитарно-эпидемиологического надзора;
2. Отметьте, что НЕ входит в число чрезвычайных ситуаций:
- а) чрезвычайные ситуации промышленного характера;  
 б) чрезвычайные ситуации социального характера;  
 в) чрезвычайные ситуации технического характера;
3. Рост количества автомобилей на дорогах страны обусловлен:
- а) ростом числа желающих иметь личный автомобильный транспорт;  
 б) сокращением количества дорог;  
 в) ростом перевозок различных грузов и пассажиров автомобильным транспортом;
4. К НЕ механическим транспортным средствам относятся:
- а) велосипеды; б) грузовики;  в) прицепы.
5. К пешеходам НЕ приравниваются лица:
- а) передвигающиеся в инвалидных колясках без двигателя;  
 б) ведущие велосипед, мопед, мотоцикл;  
 в) водители троллейбусов;
6. Проезжая часть дороги предназначена:
- а) для движения пешеходов;  
 б) для движения безрельсовых транспортных средств;  
 в) для движения трамваев;
7. Регулировщик дорожного движения НЕ может подавать сигналы:
- а) выражением лица;  
 б) при помощи жезла и флажков;  
 в) руками;
8. Что запрещается делать при пожаре в квартире:
- а) при выходе по не задымленной лестнице держаться за стены и поручни;  
 б) при увеличении концентрации дыма передвигаться, пригнувшись или ползком;  
 в) выходить через задымлённую лестничную площадку и пользоваться лифтом;
9. Отравление бытовым газом в квартире (доме) может произойти в результате:
- а) полного сгорания газа;  
 б) увеличения или уменьшения давления газа;  
 в) не полного сгорания газа.
10. Запорными устройствами в системе водоснабжения квартиры (дома) являются:
- а) трубопроводы горячей и холодной воды;  
 б) краны и смесители;  
 в) батареи центрального отопления;
11. Природное явление, связанное с обильным выпадением снега при скорости ветра свыше 15 м/с (54 км/час) и продолжительности снегопада более 12 часов, называется:
- а) буран; б) снежный занос;  в) метель;

12. При купании в незнакомом водоёме необходимо:
- а) начать купаться, не дожидаясь взрослых;  
 б) не раздумывая, нырнуть в воду;  
 в) сначала тщательно обследовать берег и акваторию водоёма, примыкающую к берегу, убедиться в их безопасном состоянии для купания, спросить разрешения у родителей;
13. Для одиночных пешеходов лёд считается прочным при толщине:
- а) не менее 20 см;  б) не менее 15 см; в) не менее 7 см.
14. Чтобы не попасть в криминальную ситуацию, необходимо (отметьте Неправильный вариант):
- а) не ходить в одиночестве в отдалённые и безлюдные места;  
 б) не заводить никаких новых знакомств;  
 в) не принимать подарки и угощения от незнакомых людей;
15. Как называется временное затопление значительной части суши в результате подъёма уровня воды в водоёмах и разлива рек, вызванное обильным стоком в период таяния снега или ливня:
- а) прилив;  б) наводнение; в) разлив;
16. Для оповещения населения об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации природного или техногенного характера подаётся предупредительный сигнал:
- а) «химическая тревога!»  
 б) «радиационная опасность!»  
 в) «внимание всем!»
17. Как называется установленный распорядок жизни, который включает в себя труд, питание, отдых и сон человека:
- а) режим дня;  
 б) дело всей жизни;  
 в) моральный кодекс;
18. Гиподинамия – это:
- а) избыток движения;  
 б) физическое перенапряжение организма;  
 в) недостаток движения;
19. Что необходимо использовать для переноски школьных принадлежностей, чтобы не было искривления позвоночника, а была красивая осанка:
- а) портфель;  б) школьный рюкзак, ранец; в) сумка.
20. Как называется угол, отсчитанный по ходу движения часовой стрелки между направлениями на «север» и на «ориентир»:
- а) координата; б) полюс;  в) азимут;

6-ОБЗР-8

Олимпиадные задания школьного этапа  
по ОБЗР. 2024 г.  
5-6 классы.

1. В каком местном органе управления можно выяснить потенциальную опасность возникновения чрезвычайных ситуаций в районе вашего проживания?  
а) в отделении полиции;  
б) в местном органе управления по делам гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям;  
в) в местном органе санитарно-эпидемиологического надзора;
2. Отметьте, что НЕ входит в число чрезвычайных ситуаций:  
а) чрезвычайные ситуации промышленного характера;  
б) чрезвычайные ситуации социального характера;  
в) чрезвычайные ситуации технического характера;
3. Рост количества автомобилей на дорогах страны обусловлен:  
а) ростом числа желающих иметь личный автомобильный транспорт;  
б) сокращением количества дорог;  
в) ростом перевозок различных грузов и пассажиров автомобильным транспортом;
4. К НЕ механическим транспортным средствам относятся:  
а) велосипеды; б) грузовики; в) прицепы.
5. К пешеходам НЕ приравниваются лица:  
а) передвигающиеся в инвалидных колясках без двигателя;  
б) ведущие велосипед, мопед, мотоцикл;  
в) водители троллейбусов;
6. Проезжая часть дороги предназначена:  
а) для движения пешеходов;  
б) для движения безрельсовых транспортных средств;  
в) для движения трамваев;
7. Регулировка дорожного движения НЕ может подаваться сигналами:  
а) выраженным лицом;  
б) при помощи жезла и флажков;  
в) руками;
8. Что запрещается делать при пожаре в квартире:  
а) при выходе по не задымленной лестнице держаться за стены и поручни;  
б) при увеличении концентрации дыма передвигаться, пригнувшись или ползком;  
в) выходить через задымленную лестничную площадку и пользоваться лифтом;
9. Отравление бытовым газом в квартире (доме) может произойти в результате:  
а) полного сгорания газа;  
б) увеличения или уменьшения давления газа;  
в) не полного сгорания газа.
10. Запорными устройствами в системе водоснабжения квартиры (дома) являются:  
а) трубопроводы горячей и холодной воды;  
б) краны и смесители;  
в) батареи центрального отопления;
11. Природное явление, связанное с обильным выпадением снега при скорости ветра свыше 15 м/с (54 км/час) и продолжительности снегопада более 12 часов, называется:  
а) буря; б) снежный занос; в) метель;

12. При купании в незнакомом водоёме необходимо:  
а) начать купаться, не дожидаясь взрослых;  
б) не раздумывая, нырнуть в воду;  
в) сначала тщательно обследовать берег и акваторию водоёма, примыкающую к берегу, убедиться в их безопасном состоянии для купания, спросить разрешения у родителей;
13. Для одиночных пешеходов лёд считается прочным при толщине:  
а) не менее 20 см; б) не менее 15 см; в) не менее 7 см.
14. Чтобы не попасть в криминальную ситуацию, необходимо (отметьте Неправильный вариант):  
а) не ходить в одиночестве в отдалённые и безлюдные места;  
б) не заводить никаких новых знакомств;  
в) не принимать подарки и угощения от незнакомых людей;
15. Как называется временное затопление значительной части суши в результате подъёма уровня воды в водоёмах и разлива рек, вызванное обильным стоком в период таяния снега или ливня:  
а) прилив; б) наводнение; в) разлив;
16. Для оповещения населения об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации природного или техногенного характера подаётся предупредительный сигнал:  
а) «химическая тревога!»  
б) «радиационная опасность!»  
в) «внимание всем!»
17. Как называется установленный распорядок жизни, который включает в себя труд, питание, отдых и сон человека:  
а) режим дня;  
б) дело всей жизни;  
в) моральный кодекс;
18. Гиподинамия – это:  
а) избыток движения;  
б) физическое перенапряжение организма;  
в) недостаток движения;
19. Что необходимо использовать для переноски школьных принадлежностей, чтобы не было искривления позвоночника, а была красивая осанка:  
а) портфель; б) сумка.  
в) школьный рюкзак, ранец;
20. Как называется угол, отсчитанный по ходу движения часовой стрелки между направлениями на «север» и на «ориентир»:  
а) координата; б) полюс; в) азимут;

225