

Министерство образования и науки Забайкальского края
Государственное профессиональное образовательное учреждение
«Шилкинский многопрофильный лицей»



«Утверждаю»

Зам директора по УМР

ОУ «Шилкинский МПЛ»

Н.В.Алексеева

ноя 2022 г.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС

по дисциплине общеобразовательного цикла

ОУД. 07 Основы безопасности жизнедеятельности

по профессиям: 23.01.09 Машинист локомотива

23.01.13 Электромонтер тяговой подстанции

Составитель: Александрова Евгения Владимировна

Рекомендован к утверждению МК

Протокол № 10 от 01.06.2022 г.

Председатель МК: И.В.Семёнова

Шилка, 2022 год

Учебно-методический комплекс по дисциплине общеобразовательного цикла ОУД. 07 Основы безопасности жизнедеятельности разработан в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования, ФГОС среднего профессионального образования и профиля профессионального образования к обязательному минимуму содержания и уровню подготовки обучающихся по профессиям:

23.01.09 Машинист локомотива,

23.01.13 Электромонтер тяговой подстанции.

Учебно-методический комплекс дисциплины рекомендован к утверждению методической комиссией протокол № 10 от «01» июня 2022 г.

Составитель (ли): Александрова Евгения Владимировна

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка

Нормативная и учебно-методическая документация

1. Примерная программа УД;
2. Рабочая программа учебной дисциплины
3. Перечень оборудования кабинета

Учебно-информационные материалы (перечень)

1. Учебники;
2. Учебные пособия;
3. Электронные ресурсы,
4. Интернет-ресурсы;

Учебно-методические материалы по УД

1. Методические рекомендации по выполнению **практических работ**

Комплект материалов фонда оценочных средств

1. Комплект контрольно-оценочных средств по дисциплине

Методический комплект для организации внеаудиторной самостоятельной работы

1. Методические рекомендации по выполнению внеаудиторной самостоятельной работы студентов

Пояснительная записка

УМК общеобразовательной учебной дисциплины Основ безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования при подготовке обучающихся по профессиям: 23.01.09 Машинист локомотива, 23.01.13 Электромонтер тяговой подстанции.

УМК разработан на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины Основ безопасности жизнедеятельности, и в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: общеобразовательный цикл, из обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования, для всех профессий среднего профессионального образования среднего профессионального образования технического профиля.

Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

Содержание программы «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих целей:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы - совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения обучающихся.

Нормативная и учебно-методическая документация

1. Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе примерной образовательной программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», рекомендованной ФГАУ «ФИРО» Протокол № 3 от 21 июля 2015 г. Регистрационный номер рецензии 371 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО».

**Министерство образования и науки Забайкальского края
Государственно профессиональное образовательное учреждение
«Шилкинский многопрофильный лицей»**

«Утверждаю»

Зам директора по УМР
ГПОУ «Шилкинский МПЛ»

Н.В.Алексеева



« 1 » июня 2022 г.

**ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

для профессий технического профиля

2022 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе примерной программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» по профессиям среднего профессионального образования (далее – СПО) 23.01.09 «Машинист локомотива», 23.01.13 «Электромонтер тяговой подстанции».

Организация-разработчик: Государственное профессиональное образовательное учреждение «Шилкинский многопрофильный лицей»

673370, Забайкальский край, г. Шилка, ул. Ленина д. 69, тел. 8(244)2-11-99

Разработчик: Александрова Евгения Владимировна - преподаватель

Лист актуализации программы

Дата обновления	Содержание обновления	Ответственный за обновление
2021 г.	Обновлена литература в п. 3.2.	Александрова Е.В. преподаватель ОБЖ, БЖ
2022 г.	Обновлена литература в п. 3.2.	Александрова Е.В. преподаватель ОБЖ, БЖ

Рабочая программа разработана в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259) на основе примерной программы предназначенной для изучения основы безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих для профессий технического профиля.

Программа может использоваться другими профессиональными образовательными организациями, реализующими образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования (ППКРС).

Программа адаптирована: Александрова Е.В., преподаватель ГПОУ «Шилкинский МПЛ».

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Основы безопасности жизнедеятельности»

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы для профессий технического профиля: 23.01.09 «Машинист локомотива», 23.01.13 «Электромонтер тяговой подстанции».

Программа учебной дисциплины предназначена для Основ безопасности жизнедеятельности в образовательных учреждениях, реализующих образовательную программу среднего общего образования при подготовке квалифицированных рабочих в соответствии с ФГОС СПО по профессиям технического профиля на базовом уровне.

Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: общеобразовательный цикл, из обязательной предметной области «Филология» ФГОС среднего общего образования для всех профессий среднего профессионального образования технического профиля.

1.3. Цели и задачи дисциплины. Требования к результатам освоения дисциплины:

Содержание программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих целей:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы - совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения обучающихся.

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих результатов:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть компетенциями:

Личностными:

- Л1**развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- Л2**готовность к служению Отечеству, его защите;
- Л3**формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- Л4**исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- Л5**воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности;
- Л6**освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

Метапредметными:

М1 овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

М2 овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

М3 формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

М4 приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

М5 развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

М6 формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

М7 умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

М8 умения применять полученные теоретические знания на практике - принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

М9 умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

М10 умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

М11 знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

М12 локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

М13 формирование установки на здоровый образ жизни;

М14 развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

Предметными:

П1 сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

П2 знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

П3 сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

П4 сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

П5 знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

П6 знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека,

П7 знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

П8 умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

П9 умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

П10 знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;

П11 знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

П12 владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение учебной дисциплины:

- максимальной учебной нагрузки студента -108 часов, в том числе:
- обязательной аудиторной учебной нагрузки студента -72 часа;
- самостоятельной работы студента-36 часов

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	<i>108</i>
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	<i>72</i>
в том числе:	
практические работы	<i>6</i>
контрольные работы	<i>5</i>
Самостоятельная работа студента (всего)	<i>36</i>
<i>Итоговая аттестация в форме</i>	<i>ДЗ</i>

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»

Для юношей

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся		Количество часов	Уровень освоения	Коды результатов освоения содержания УД
1	2		3	4	
Введение	Содержание предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», цели его изучения и роль в жизни человека.		1		
Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях			24		
Тема 1.1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения	Содержание учебного материала		8		
	1	Правила поведения в условиях вынужденной автономии, в природных условиях.		2	Л1, Л5, М5, М6, М8
	2	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.		2	Л1, Л5, М5, М6, М8, П5
	3	Правила поведения в условиях чрезвычайной ситуации природного и техногенного характера.		2	Л1, Л5, М5, М6, М8, П5, П9, П11
	4	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи.		2	П5, П9, П11
	Контрольная работа		1		
	Самостоятельная работа: реферат «Уголовная ответственность несовершеннолетних», «Нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности»		4		
Тема 1.2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности и страны	Содержание учебного материала		11		
	1	Основные понятия, определения и задачи гражданской обороны.		2	П10, П11, П7, Л1, М6
	2	Ядерное оружие и его поражающие факторы.		2	П10, П11, П7, Л1, М6
	3	Химическое и бактериологическое оружие и его поражающие факторы.		2	П10, П11, П7, Л1, М6

	4	Современные обычные средства поражения.		2	П10,П11,П7, Л1,М6		
	5	Оповещение населения при угрозе чрезвычайной ситуации.		2	П10,П11,П7, Л1,М6		
	6	Средства коллективной защиты населения.		2	П10,П11,П7, Л1,И		
	7	Средства индивидуальной защиты населения.		2	П10,П11,П7, Л1		
	8	Санитарная обработка людей.		2	П12,П6		
	9	Организация аварийно-спасательных работ в зоне ЧС.		2	Л6,М4,П11		
	10	Организация гражданской обороны в образовательном учреждении.		2			
	Практические занятия: определение размера шлем-маски противогаза, одевание противогаза, настройка и работа с прибором ДП-5в, и ВПХР.			3			
	Контрольная работа:			1			
	Самостоятельная работа: Сообщение «Простейшие средства индивидуальной защиты», «ГО – составная часть обороноспособности страны». Выполнение домашнего задания.			7			
Раздел 2			11				
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни							
Тема 2.1. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	Содержание учебного материала		4				
	1	Основные критерии здоровья человека.				2	Л1,Л3,Л4
	2	Влияние окружающей среды на здоровье человека.				2	П6Л3
	3	Причины возникновения и механизм передачи инфекций				2	Л3,П12
	4	Профилактика инфекционных заболеваний.				2	Л3,П12
	Самостоятельная работа: выполнение домашних заданий, реферат «Характеристика основных инфекционных заболеваний».		4				
Тема 2.2. Основы здорового образа жизни	Содержание учебного материала		6				
	1	Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека направленная на сохранение и укрепление здоровья.				2	Л1,Л3,Л4, М13,
	2	Режим жизнедеятельности и его значение для здоровья.				2	Л1,Л3,Л4, М13,
	3	Рациональное сочетание основных элементов жизнедеятельности.				2	Л1,Л3,Л4, М13,
	4	Влияние биоритмов на работоспособность человека.				2	Л1,Л3,Л4,

					<i>М13,</i>
	5	Значение двигательной активности и закаливания для здоровья человека.		2	<i>Л1,Л3,Л4, М13,</i>
	6	Вредные привычки (алкоголь, курение, наркомания), их социальные последствия и влияние на здоровье человека.		2	<i>Л1,Л3,Л4, М13,</i>
	Контрольная работа:		1		
	Самостоятельная работа: реферат «Причины вовлечения в наркоманию», «Профилактика наркомании», «Профилактика курения». Выполнение домашних заданий		6		
Раздел 3 Основы военной службы			36		
Тема 3.1. Вооружённые силы РФ – защитники Отечества	Содержание учебного материала		7		
	1	Национальные интересы и национальная безопасность России.		2	<i>Л2,П2</i>
	2	История создания и развития вооружённых сил России.		2	<i>Л2,П2</i>
	3	Организационная структура вооружённых сил РФ.		2	<i>Л2,П2</i>
	4	Виды ВС РФ (РВСН, СВ, ВКС, ВМФ) их состав и предназначение.		2	<i>П2,П11,П10</i>
	5	Другие силовые структуры.		2	<i>П2,П11,П10</i>
	6	Руководство и управление ВС РФ		2	<i>П2,П11,П10</i>
	7	Этапы и основное содержание военной реформы.		2	<i>П2,П11,П10</i>
	Контрольная работа:		1		
	Самостоятельная работа: сообщение «История создания флота России», «Функции и задачи ВС РФ», реферат «Состав и предназначение войск ГО и МЧС». Домашние задания.		4		
Тема 3.2. Боевые традиции ВС РФ.	Содержание учебного материала		3		
	1	Патриотизм – духовно-нравственная основа защитник Отечества.		2	<i>П2,П11,П10</i>
	2	Дни воинской славы России.		2	<i>П2,П11,П10</i>
	3	Войсковое товарищество – боевая традиция армии России.		2	<i>П2,П11,П10</i>
	Самостоятельная работа: сообщение «Воинский долг»		2		
Тема 3.3. Символы воинской части	Содержание учебного материала		3		
	1	Боевое знамя воинской части, история его возникновения, ритуал вручения, порядок хранения и содержание.		2	<i>П11,П10,П2, Л2</i>
	2	Ордена – почётные награды за воинские отличия.		2	<i>П11,П10,П2, Л2</i>

	3	Приведение к военной присяге, вручение, оружия и боевой техники.		2	П11,П10,П2, Л2
	Самостоятельная работа: «История возникновения орденов России» - сообщение. Выполнение домашнего задания.		3		
Тема 3.4. Подготовка к практическим занятиям на базе воинской части	Содержание учебное материала		14		
	1	Размещение и быт военнослужащих.		2	П11,П10,П2, Л2П9
	2	Обязанности лиц суточного наряда.		2	П11,П10,П2, Л2П9
	3	Организация караульной службы.		2	П11,П10,П2, Л2П9
	4	Строй и его элементы.		2	П11,П10,П2, Л2П9
	5	Воинское приветствие.		2	П11,П10,П2, Л2П9
	6	Выход из строя и возвращение в строй.		2	П11,П10,П2, Л2П9
	7	Устройство и работа автомата Калашникова, его боевые свойства.		2	П11,П10,П2, Л2П9
	8	Порядок разборки и сборки автомата Калашникова.		2	П11,П10,П2, Л2П9
	9	Правила прицеливания и приёмы стрельбы.		2	П11,П10,П2, Л2П9
	10	Состав и вооружение мотострелкового отделения.		2	П11,П10,П2, Л2П9
	Практическая работа: строевая подготовка; воинское приветствие; разборка и сборка автомата Калашникова; снаряжение магазина автомата патронами.		3		
	Контрольная работа:		1		
	Самостоятельная работа: сообщения «Обязанности часового», «Тактико-технические данные автомата Калашникова», «Порядок чистки автомата Калашникова. Выполнение домашнего задания.		6		
	Всего часов:		108		
	Итоговая аттестация		ДЗ		

Для девушек

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся		Количество часов	Уровень освоения	Коды результатов освоения содержания УД		
1	2		3	4			
Введение	Содержание предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», цели его изучения и роль в жизни человека.		1				
Раздел 1. Безопасность и защита населения в опасных и чрезвычайных ситуациях			15				
Тема 1.1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения	Содержание учебного материала		4				
	1	Правила поведения в условиях вынужденной автономии.		2	Л1, Л5, М5, М6, М8		
	2	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.		2	Л1, Л5, М5, М6, М8		
	3	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.		2	Л1, Л5, М5, М6, М8		
	4	Структура и задачи РСЧС		2	Л1, Л5, М5, М6, М8		
	Самостоятельная работа: сообщение «Уголовная ответственность несовершеннолетних», «Законы РФ по обеспечению безопасности»		4				
Тема 1.2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	Содержание учебного материала		8				
	1	Основные понятия, определения и задачи гражданской обороны.				2	М1, М7, М8, М9, П1, П10, П11
	2	Оружие массового поражения, его поражающие факторы.				2	М1, М7, М8, М9, П1, П10, П11
	3	Современные обычные средства поражения и защита от него.				2	М1, М7, М8, М9, П1, П10, П11
	4	Оповещение населения при ЧС мирного и военного времени.				2	М1, М7, М8, М9, П1, П10, П11
	5	Средства коллективной защиты населения.				2	М1, М7, М8, М9, П1, П10, П11
	6	Средства индивидуальной защиты.				2	М1, М7, М8, М9, П1,

					П10,П11
	7	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы.		2	М1,М7,М8,М9,П1,П10,П11
	8	Организация ГО в образовательном учреждении.		2	
	Практические занятия: определение размера шлем-маски противогаза, одевание противогаза.		2		
	Контрольная работа		1		
	Самостоятельная работа: изготовление ватно-марлевых повязок, выполнение домашних заданий. Сообщение на тему «Простейшие средства индивидуальной защиты»		7		
Раздел 2		27			
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни					
Тема 2.1. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных и неинфекционных заболеваний	Содержание учебного материала		12		
	1	Здоровье человека.		2	Л1,Л3,Л4,Л5,М13,П6,
	2	Общие понятия и определения.		2	Л1,Л3,Л4,Л5,М13,П6,
	3	Критерии здоровья		2	Л1,Л3,Л4,Л5,М13,П6,
	4	Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе его жизнедеятельности.		2	Л1,Л3,Л4,Л5,М13,П6,
	5	Основные инфекционные заболевания.		2	Л1,Л3,Л4,Л5,М13,П6,
	6	Пути передачи инфекции.		2	Л1,Л3,Л4,Л5,М13,П6,
	7	Причины возникновения и механизм передачи инфекций		2	Л1,Л3,Л4,Л5,М13,П6,
	8	Профилактика инфекционных заболеваний.		2	Л1,Л3,Л4,Л5,М13,П6,
	9	Основные неинфекционные заболевания.		2	Л1,Л3,Л4,Л5,М13,П6,П12
	10	Факторы риска основных неинфекционных заболеваний.		2	
	Контрольная работа		1		

	Самостоятельная работа: основные инфекционные заболевания, сообщение: «Влияние экологии на здоровье человека»	4		
Тема 2.2. Основы здорового образа жизни	Содержание учебного материала	13		
	1 Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека направленная на сохранение и укрепление здоровья.		2	Л3,Л4
	2 Режим жизнедеятельности и его значение для здоровья.		2	Л3,Л4
	3 Основные элементы жизнедеятельности человека, их рациональное сочетание.		2	Л3,Л4
	4 Биоритмы и их влияние на работоспособность человека.		2	Л3,Л4
	5 Значение двигательной активности и закаливания на организм человека.		2	Л3,Л4
	6 Вредные привычки и их последствия.		2	Л3,Л4
	7 Влияние алкоголя на здоровье.		2	Л3,Л4
	8 Курение и его влияние на здоровье человека.		2	Л3,Л4
	9 Наркомания и токсикомания, социальные последствия, профилактика		2	Л3,Л4,П12
	Контрольная работа	1		
	Самостоятельная работа: «Рациональное питание и здоровье человека», «Чередование физических и умственных нагрузок». Выполнение домашних заданий	6		
Раздел 3 Основы военной службы		14		
Тема 3.1. Вооружённые силы РФ – защитники Отечества и национальных интересов	Содержание учебного материала	6		
	1 Национальные интересы России и её национальная безопасность.		2	Л2,П2,П10,
	2 История создания и развития вооружённых сил России.		2	Л2,П2,П10,
	3 Организационная структура ВС РФ.		2	Л2,П2,П10,
	4 Виды войск: РВСН, СВ, ВКС, ВМФ, их история создания и предназначение.		2	Л2,П2,П10,
	5 Другие рода войск, функции и задачи ВС РФ.		2	Л2,П2,П10,
	6 Основные этапы военной реформы.		2	Л2,П2,П10,
	Самостоятельная работа: «Виды и задачи ВС РФ», «Руководство и управление ВС РФ». Домашние задания.	4		
Тема 3.2.	Содержание учебного материала	7		

Боевые традиции вооружённых сил России. Символы военной чести.	1	Патриотизм – духовно-нравственная основа личности военнослужащего.		2	Л2,П2,		
	2	Воинский долг.		2	Л2,П2		
	3	Дни воинской славы России.		2	Л2,П2		
	4	Войсковое товарищество – боевая традиция армии России.		2	Л2,П2		
	5	Боевое знамя воинской части – особо почётный знак.		2	Л2,П2		
	6	Ордена России – почётные награды. История создания орденов.		2	Л2,П2		
	7	Приведение к военной присяге.		2	Л2,П2		
	Контрольная работа		1				
	Самостоятельная работа: «Порядок вручения и хранения Боевого Знамени воинской части», сообщение «История возникновения присяги», реферат «История орденов России», Выполнение домашнего задания.		6				
Раздел 4			15				
Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи							
Тема 4.1. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	Содержание учебного материала		10				
	1.	Виды травм.					
	2.	Виды кровотечений.					
	3.	Первая доврачебная помощь при травмах, ранениях и отравлениях.					
	4.	Первая доврачебная помощь при отморожениях.					
	5.	Первая доврачебная помощь при тепловом и солнечном ударах.					
	6.	Первая доврачебная помощь при поражении электротоком.					
	7.	Первая доврачебная помощь при ожогах.					
	8.	Первая доврачебная помощь при острой сердечной недостаточности.					
	9.	Первая доврачебная помощь при инсульте.					
Практические занятия: Остановка кровотечений (наложение жгута), наложение повязок при ранениях и травмах.		4					
Контрольная работа		1					
Самостоятельная работа: сообщения: «Действия спасателя при ЭРП», «Характеристика основных инфекционных заболеваний», «Симптомы инсульта и ОЧН»		5					

	Итого:	<i>108</i>		
	Итоговая аттестация	<i>ДЗ</i>		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Безопасность жизнедеятельности» и специального помещения для хранения учебного оружия, спортивного городка с элементами полосы препятствий, стрелкового тира или электронного стрелкового тренажера.

Оборудование учебного кабинета:

- Рабочее место преподавателя
- Стол преподавателя
- Стул
- Секционный шкаф для хранения наглядных пособий и ТСО, дидактического материала
- Столы для обучающихся
- Стулья для обучающихся
- Стенки для плакатов
- Доска ученическая

Учебное оборудование

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество
1	2	3	4
Учебно-наглядные пособия			
1	Набор плакатов или электронные издания:		
	Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации	компл.	1
	Ордена России	компл.	1
	Текст Военной присяги	шт.	1
	Воинские звания и знаки различия	компл.	1
	Военная форма одежды	компл.	1
	Мероприятия обязательной подготовки граждан к военной службе	компл.	1
	Военно-прикладные виды спорта	компл.	1
	Военно-учетные специальности солдат, матросов, сержантов и старшин	компл.	1
	Военные образовательные учреждения профессионального образования Министерства обороны Российской Федерации	компл.	1
	Тактико-технические характеристики вооружения и военной техники, находящихся на вооружении Российской армии и армий иностранных государств	компл.	1
	Несение караульной службы	компл.	1
	Мероприятия, проводимые при первоначальной постановке граждан на воинский учет	компл.	1
	Литература и наглядные пособия по военно-патриотическому воспитанию	компл.	1
	Нормативы по прикладной физической подготовке	компл.	1
	Нормативы по радиационной, химической и биологической защите	компл.	1
2	Массогабаритный макет 7,62-мм (или 5,45-мм)	шт.	2

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество
1	2	3	4
	автомата Калашникова		
3	Набор плакатов по устройству или электронные издания:		
	7,62-мм (или 5,45-мм) модернизированный автомат Калашникова	компл.	1
	5,6-мм малокалиберная винтовка	компл.	1
4	Набор плакатов или электронные издания:		
	Основы и правила стрельбы из стрелкового оружия	компл.	1
	Приемы и правила метания ручных гранат	компл.	1
	Мины Российской армии	компл.	1
	Фортификационные сооружения	компл.	1
	Индивидуальные средства защиты	компл.	1
	Приборы радиационной разведки	компл.	1
	Приборы химической разведки	компл.	1
	Организация и несение внутренней службы	компл.	1
	Строевая подготовка	компл.	1
	Оказание первой медицинской помощи	компл.	1
	Гражданская оборона	компл.	1
5	Средства индивидуальной защиты:		
	общевоинской противогаз	шт.	по количеству обучающихся
	общевоинской защитный комплект	шт.	2
	респиратор	шт.	5
6	Приборы:		
	радиационной разведки	шт.	1
	химической разведки	шт.	1
7	Бытовой дозиметр	шт.	1
8	Макет простейшего укрытия в разрезе или в формате ЭОИ	шт.	1
9	Макет убежища в разрезе или в формате ЭОИ	шт.	1
10	Компас	шт.	по количеству обучающихся
11	Визирная линейка	шт.	по количеству обучающихся
12	Электронные образовательные издания на магнитных и оптических носителях по тематике программы (ЭОИ)	компл.	1
13	Комплект аппаратуры для демонстрации ЭОИ	шт.	1
Медицинское имущество			
14	Индивидуальные средства медицинской защиты:		
	аптечка АИ	шт.	1
	пакеты перевязочные ППИ	шт.	1
	пакеты противохимические индивидуальные ИПП-11	шт.	1
15	Сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой медицинской, доврачебной помощи		
	сумка СМС	шт.	1
16	Перевязочные средства и шовные материалы, лейкопластыри:		
	бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 7	шт.	3

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество
1	2	3	4
	м х 14 см		
	бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 5 м х 10 см	шт.	3
	вата медицинская компрессная	кг	0,1
	косынка медицинская (перевязочная)	шт.	3
	повязка медицинская большая стерильная	шт.	3
	повязка медицинская малая стерильная	шт.	3
17	Медицинские предметы расходные:		
	булавка безопасная	шт.	3
	шина проволочная (лестничная) для ног	шт.	1
	шина проволочная (лестничная) для рук	шт.	1
	шина фанерная длиной 1 м	шт.	1
18	Врачебные предметы, аппараты и хирургические инструменты:		
	жгут кровоостанавливающий эластичный	шт.	3
19	Аппараты, приборы и принадлежности для травматологии и механотерапии:		
	манекен-тренажер для реанимационных мероприятий	шт.	1
	шина транспортная Дитерихса для нижних конечностей (модернизированная)	шт.	1
20	Санитарно-хозяйственное имущество инвентарное:		
	носилки санитарные	шт.	1
	знак нарукавного Красного Креста	шт.	2
	лямка медицинская носилочная	шт.	1
	флаг Красного Креста	шт.	1

Технические средства обучения:

- Ноутбук
- Монитор
- Диски с учебным материалом

3.2. Информационное обеспечение обучения

Учебно-методическое обеспечение:

Основные источники:

- 1) Н.В. Косолапова,
Н.А. Прокопенко

Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений СПО, М.: Издательский центр «Академия», 2021 г.

- 2) А.Т. Смирнов, О.Б. Хренников

Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10-11 классов. Учебное пособие для общеобразоват. организаций: М.: Просвещение, 2019 г.

- 3) Н.А. Прокопенко

Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений СПО, М.: Издательский центр «Академия», 2021 г.

- 4) Безопасность Жизнедеятельности. Практикум. Учебное пособие для студентов учреждений СПО, М.. Издательский центр «Академия», 2021 г.

Дополнительные источники:

1. Журналы «ОБЖ»;
2. Федеральные законы по темам и разделам;
3. Общевоинские уставы;
4. Электронные учебники по предмету.

Сайты и электронные пособия по ОБЖ.

- dic.academic.ru - Академик. Словари и энциклопедии.
- www.booksgid.com - Books Gid. Электронная библиотека.
- globalteka.ru/index.html - Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов.
- window.edu.ru - Единое окно доступа к образовательным ресурсам.
- www.iprbookshop.ru – Электронно-библиотечная система IPRbooks
- www.school.edu.ru/default.asp - Российский образовательный портал.
- <http://www.pobediteli.ru> –Проект«ПОБЕДИТЕЛИ:Солдаты Великойвойны»
- <http://www.monino.ru>
–Музей Военно-Воздушных Сил;
- <http://simvolika.rsl.ru>
– Государственные символы России. История и реальность.
- <http://militera.lib.ru>
– Военная литература.

Нормативно-правовые документы:

1. Конституция Российской Федерации;
2. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»;
3. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Дополнительные источники:

1. Журналы «ОБЖ»;
2. Федеральные законы по темам и разделам;
3. Общевоинские уставы;
4. Электронные учебники по предмету.
5. Фролов М.П., Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл. – М.: АСТ, 2011;
6. Фролов М.П., Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл. – М.: АСТ, 2011;
7. Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 кл.-

8. Наставления по стрелковому делу: Основы стрельбы из стрелкового оружия 7, 62 –мм (или 5,45-мм) модернизированный автомат Калашникова

Интернет – ресурсы

1. www.mchs.gov.ru – сайт МЧС РФ.
2. www.mvd.ru – сайт МВД РФ.
3. www.mil.ru - сайт Минобороны.
4. www.fsb.ru – сайт ФСБ РФ.
5. dic.academic.ru - Академик. Словари и энциклопедии.
6. www.booksgid.com - Books Gid. Электронная библиотека.
7. globalteka.ru/index.html - Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов.
8. window.edu.ru - Единое окно доступа к образовательным ресурсам.
9. www.iprbookshop.ru – Электронно-библиотечная система IPRbooks
10. www.school.edu.ru/default.asp - Российский образовательный портал.
11. <http://www.pobediteli.ru> –Проект«ПОБЕДИТЕЛИ:Солдаты Великойвойны»
12. <http://www.monino.ru> –Музей Военно-Воздушных Сил;
13. <http://simvolika.rsl.ru>– Государственные символы России. История и реальность.
14. <http://militera.lib.ru> – Военная литература.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Текущий контроль проводится преподавателем в процессе проведения практических занятий,

тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен продемонстрировать предметные результаты освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»:

Критерии перевода баллов в оценку (таблица).

Количество баллов	Оценка
0-25	не удовлетворительно
26-50	удовлетворительно
51-75	хорошо
76-100	отлично

ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

<i>Содержание обучения</i>	<i>Характеристика основных видов учебной деятельности обучающегося (на уровне учебных действий)</i>
Введение	☐ Различать основные понятия и теоретические положения основ безопасности жизнедеятельности, применять знания дисциплины для обеспечения своей безопасности; ☐ анализировать влияние современного человека на окружающую среду, оценивать примеры зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделировать ситуации по сохранению биосферы и её защите.
1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения	☐ Определять основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни; ☐ усвоить факторы, влияющие на здоровье, выявить факторы, разрушающие здоровье, планировать режим дня,

	выявить условия обеспечения рационального питания, объяснять случаи из собственной жизни и свои наблюдения по планированию режима труда и отдыха; анализировать влияние двигательной активности на здоровье человека, определять основные формы закаливания, их влияние на здоровье человека, обосновывать последствия влияния алкоголя на здоровье человека и социальные последствия употребления алкоголя; ▪ анализировать влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека; ▪ моделировать социальные последствия пристрастия к наркотикам; ▪ моделировать ситуации по организации безопасности дорожного движения; ▪ характеризовать факторы, влияющие на репродуктивное здоровье человека; ▪ моделировать ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья.
2. Государственная система обеспечения безопасности населения	☐ Усвоить общие понятия чрезвычайных ситуаций, классифицировать чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера по основным признакам, характеризовать особенности ЧС различного происхождения; ☐ выявлять потенциально опасные ситуации для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС; ▪ моделировать поведение населения при угрозе и возникновении ЧС; ▪ осваивать модели поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, лесу, на водоёмах, характеризовать основные функции системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснять основные правила эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценивать правильность выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрывать возможности современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени, характеризовать правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника; ☐ определять меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий; ▪ характеризовать предназначение и основные функции полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности
3. Основы обороны государства и воинская обязанность	▪ Различать основные понятия военной и национальной безопасности, освоить функции и основные задачи современных Вооруженных Сил Российской Федерации, характеризовать основные этапы создания Вооруженных Сил России; ▪ анализировать основные этапы проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на

	современном этапе, определять организационную структуру, виды и рода Вооруженных Сил Российской Федерации; формулировать общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих; ▪ характеризовать распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части, сопоставлять порядок и условия прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализировать условия прохождения альтернативной гражданской службы; ▪ анализировать качества личности военнослужащего как защитника Отечества: ▪ характеризовать требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеризовать понятия «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоить основы строевой подготовки; ▪ формулировать боевые традиции Вооруженных Сил России, объяснять основные понятия о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести.
4. Основы медицинских знаний	▪ Освоить основные понятия о состояниях, при которых оказывается первая помощь, ▪ моделировать ситуации по оказанию первой помощи при несчастных случаях; характеризовать основные признаки жизни; ▪ освоить алгоритм идентификации основных видов кровотечений, идентифицировать основные признаки теплового удара; ▪ определять основные средства планирования семьи; ▪ формулировать особенности образа жизни и рацион питания беременной женщины.

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у обучающихся не только сформированность предметных результатов, но и развитие личностных и метапредметных результатов обучения.

Результаты (личностные и метапредметные)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
Личностные результаты		
- российская гражданская идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной, гордость за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн); - нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;	- проявление гражданственности, патриотизма; - знание истории своей страны; - демонстрация поведения, достойного гражданина РФ	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы
- гражданская позиция как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности; - готовность к служению Отечеству, его защите;	- проявление активной жизненной позиции; - проявление уважения к национальным и культурным традициям народов РФ; - уважение общечеловеческих и демократических ценностей - демонстрация готовности к исполнению воинского долга	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы. Своевременность постановки на воинский учет Проведение воинских сборов
- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире; - сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;	- демонстрация сформированности мировоззрения, отвечающего современным реалиям; - проявление общественного сознания; - воспитанность и тактичность; - демонстрация готовности к самостоятельной, творческой деятельности	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы
- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их	- взаимодействие с обучающимися, преподавателями и мастерами в ходе обучения; - сотрудничество со	Успешное прохождение учебной практики. Участие в

достижения; - навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;	сверстниками и преподавателями при выполнении различного рода деятельности	коллективных мероприятиях, проводимых на различных уровнях
- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;	- демонстрация желания учиться; - сознательное отношение к продолжению образования в ВУЗе	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
- эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;	- умение ценить прекрасное;	Творческие и исследовательские проекты Дизайн-проекты по благоустройству
- принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков; - бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;	- готовность вести здоровый образ жизни; - занятия в спортивных секциях; - отказ от курения, употребления алкоголя; - забота о своём здоровье и здоровье окружающих; - оказание первой помощи	Спортивно-массовые мероприятия Дни здоровья
- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;	- демонстрация интереса к будущей профессии; - выбор и применение методов и способов решения профессиональных задач	Занятия по специальным дисциплинам Учебная практика Творческие проекты
- сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;	- экологическое мировоззрение; - знание основ рационального природопользования и охраны природы	Мероприятия по озеленению территории. Экологические проекты
- ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни;	- уважение к семейным ценностям; - ответственное отношение к созданию семьи	Внеклассные мероприятия, посвящённые институту семьи.
метапредметные результаты		

умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;	- организация самостоятельных занятий в ходе изучения общеобразовательных дисциплин; - умение планировать собственную деятельность; - осуществление контроля и корректировки своей деятельности; - использование различных ресурсов для достижения поставленных целей	Контроль графика выполнения индивидуальной самостоятельной работы обучающегося; открытые защиты проектных работ
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;	- демонстрация коммуникативных способностей; - умение вести диалог, учитывая позицию других участников деятельности; - умение разрешить конфликтную ситуацию	Наблюдение за ролью обучающегося в группе; портфолио
- владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;	- демонстрация способностей к учебно-исследовательской и проектной деятельности; - использование различных методов решения практических задач	Семинары Учебно-практические конференции Конкурсы Олимпиады
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников; - умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;	- эффективный поиск необходимой информации; - использование различных источников информации, включая электронные; - демонстрация способности самостоятельно использовать необходимую информацию для выполнения поставленных учебных задач; - соблюдение техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности.	Подготовка рефератов, докладов, курсовое проектирование, использование электронных источников. Наблюдение за навыками работы в глобальных, корпоративных и локальных информационных сетях.
- умение определять назначение и функции различных социальных институтов;	- сформированность представлений о различных социальных институтах и их функциях в обществе (институте семьи, институте образования, институте здравоохранения, институте	Деловые игры-моделирование социальных и профессиональных ситуаций.

	государственной власти, институте парламентаризма, институте частной собственности, институте религии и т. д.)	
- умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;	- демонстрация способности самостоятельно давать оценку ситуации и находить выход из неё; - самоанализ и коррекция результатов собственной работы	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы
- владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.	- умение оценивать свою собственную деятельность, анализировать и делать правильные выводы	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы

Перечень оборудования кабинета

Реализация программы учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Основ безопасности жизнедеятельности».

Оборудование учебного кабинета:

Мебель:	
Стол преподавателя	1
Стул преподавателя	1
Секционный шкаф для хранения наглядных пособий и ТСО, дидактического материала	1
Шкаф для хранения ВСР, контрольных работ, практических работ	1
столы для студентов	15
стулья для студентов	30
Классная доска	1

Технические средства обучения:

Компьютер преподавателя (ноутбук)	1
Телевизор	1
Принтер	1

Учебно-информационные материалы:

Основные источники:

1) Н.В. Косолапова,

Н.А. Прокопенко

Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений СПО, М.: Издательский центр «Академия», 2021 г.

2) А.Т. Смирнов, О.Б. Хренников

Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10-11 классов.

Учебное пособие для общеобразоват. организаций: М.: Просвещение, 2019 г

3) Н.А. Прокопенко

Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений СПО,

М.: Издательский центр «Академия», 2021 г.

4) Безопасность Жизнедеятельности. Практикум. Учебное пособие для студентов учреждений СПО, М.. Издательский центр «Академия», 2021 г.

Дополнительные источники:

1. Журналы «ОБЖ»;
2. Федеральные законы по темам и разделам;
3. Общевоинские уставы;
4. Электронные учебники по предмету.

Сайты и электронные пособия по ОБЖ.

- dic.academic.ru - Академик. Словари и энциклопедии.
- www.booksgid.com - Books Gid. Электронная библиотека.
- globalteka.ru/index.html - Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов.
- window.edu.ru - Единое окно доступа к образовательным ресурсам.
- www.iprbookshop.ru – Электронно-библиотечная система IPRbooks
- www.school.edu.ru/default.asp - Российский образовательный портал.
- <http://www.pobediteli.ru> –Проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»
- <http://www.monino.ru>
–Музей Военно-Воздушных Сил;
- <http://simvolika.rsl.ru>

- Государственные символы России. История и реальность.
- <http://militera.lib.ru>
- Военная литература.

Нормативно-правовые документы:

2. Конституция Российской Федерации;
3. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»;
4. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Министерство образования и науки Забайкальского края
Государственно профессиональное образовательное учреждение
«Шилкинский многопрофильный лицей»

«Утверждаю»
Зам директора по УМР
ГПОУ «Шилкинский МПЛ»
Н.В.Алексеева

«1» июня 2022 г.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
по выполнению практических работ (для юношей)**

по профессиям: 23.01.09 Машинист локомотива
23.01.13 Электромонтер тяговой подстанции

по дисциплине ОУД. 07 Основы безопасности жизнедеятельности

2022 г.

Методические рекомендации по практической работе студентов разработаны на основе программы учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности.

Организация-разработчик:

Министерство образования и науки Забайкальского края Государственное профессиональное образовательное учреждение «Шилкинский многопрофильный лицей»

Автор:

Александрова Евгения Владимировна, преподаватель

Содержание

1. Введение
2. Пояснительная записка
3. Перечень практических работ
4. Указания по выполнению практических работ
5. Приложение

Введение

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) изучается студентами на первом курсе. Методические рекомендации по выполнению практических работ обеспечивают реализацию рабочей программы по Основам безопасности жизнедеятельности.

Реализация программы обеспечит компетентность будущих специалистов в области безопасности жизнедеятельности как неотъемлемой части их профессионализма в период вступления в самостоятельную жизнь.

Состав и содержание практического занятия определяется его ведущей дидактической целью - формирование практических умений:

1. профессиональных (выполнять определенные действия, операции, необходимые в последующем в профессиональной деятельности);
2. учебных, необходимых в последующей учебной деятельности.

Состав и содержание практических занятий направлены на реализацию государственных требований к минимуму содержания и уровню подготовки выпускников. Они должны охватывать весь круг профессиональных умений, на подготовку к которым ориентирована данная дисциплина и вся подготовка специалиста.

Практические работы могут носить репродуктивный, частично - поисковый характер.

Работы, носящие репродуктивный характер, отличаются тем, что при их проведении студенты пользуются подробными инструкциями, в которых указаны: цель работы, пояснения (теория, основные характеристики), оборудование, аппаратура, материалы и их характеристики, порядок выполнения работы, таблицы, выводы (без формулировок), контрольные вопросы, учебная и специальная литература.

Работы, носящие частично-поисковый характер, отличаются тем, что при их проведении студенты не пользуются подробными инструкциями, им не задан порядок выполнения необходимых действий, от студентов требуется самостоятельный подбор необходимого оснащения, выбор способов выполнения работы, инструктивной и справочной литературы.

Работы, носящие поисковый характер, отличаются тем, что студенты должны решить новую для них проблему, опираясь на имеющиеся у них теоретические знания.

Пояснительная записка

Ведущей дидактической целью практических занятий является формирование практических умений, необходимых в последующей учебной деятельности и жизни.

В соответствии с ведущей дидактической целью содержанием практических занятий является решение разного рода задач, в том числе профессиональных, анализ проблемных ситуаций, решение ситуационных задач, работа с измерительными приборами, средствами индивидуальной защиты, учебным тренажером для реанимационных действий, работа с нормативными документами, инструктивными материалами, справочниками.

На практических занятиях студенты овладевают первоначальными умениями и навыками, которые будут использовать в профессиональной деятельности и жизненных ситуациях.

Наряду с формированием умений и навыков в процессе практических занятий обобщаются, систематизируются, углубляются и конкретизируются теоретические знания, вырабатывается способность и готовность использовать теоретические знания на практике, развиваются интеллектуальные умения.

Содержание программы учебной дисциплины «Основ безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих целей:

- 1) организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- 2) предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- 3) использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- 4) применять первичные средства пожаротушения;
- 5) владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности;
- 6) оказывать первую помощь пострадавшим

В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть компетенциями:

Личностными:

- Л1** развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- Л2** готовность к служению Отечеству, его защите;
- Л3** формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- Л4** исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- Л5** воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности;
- Л6** освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

Метапредметными:

- М1** овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- М2** овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- М3** формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи,

моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

М4приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

М5развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

М6формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

М7умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

М8умения применять полученные теоретические знания на практике - принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

М9умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

М10умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

М11знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

М12локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

М13формирование установки на здоровый образ жизни;

М14развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

Предметными:

П1сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищённость личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

П2знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

П3сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

П4сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности; 9

П5знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

П6знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека,

П7знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

П8 умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

П9умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

П10 знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и

тактическая подготовка;

П11 знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

П12 владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

Общие методические рекомендации и указания по выполнению практических работ

1. Подготовка к практической работе

Для выполнения практических работ студент должен руководствоваться следующими положениями:

1. Внимательно ознакомиться с описанием соответствующей практической работы и установить, в чем состоит основная цель и задача этой работы;
2. По лекционному курсу и соответствующим литературным источникам изучить теоретическую часть, относящуюся к данной работе.

2. Выполнение практических работ

Успешное выполнение практических работ может быть достигнуто в том случае, если студент представляет себе цель выполнения практической работы, поэтому важным условием является тщательная подготовка к работе.

3. Оформление практических работ

Оформление практических работ является важнейшим этапом выполнения. Каждую работу студенты выполняют, руководствуясь следующими положениями:

1. На новой странице тетради указать название и порядковый номер практической работы, а также кратко сформулировать цель работы;
2. Записать при необходимости план решения заданий;
3. Практическая работа должна быть написана разборчивым подчерком и выполнена в тетради с полями для проверки работы преподавателем. Итогом выполнения является устная защита работы, по вопросам, которые прописаны в конце работы.

Данная дисциплина базируется на знаниях умениях и навыках, полученных студентами при изучении социально-экономических, естественнонаучных и общетехнических дисциплин и в процессе изучения прослеживается теснейшая ее связь с этими дисциплинами.

Перечень практических работ

№ п/п	Тема практической работы	количество часов
1.	Определение размера шлем-маски противогаза.	1
2.	Одевание противогаза.	1
3.	Настройка и работа с прибором ДП-5в, и ВПХР.	1
4.	Строевая подготовка; воинское приветствие.	1
5.	Разборка и сборка автомата Калашникова, снаряжение магазина автомата патронами.	2
Итого		6

Практическая работа № 1

I. Тема. Определение размера шлем-маски противогаза.

II. Цель. Закрепление теоретических знаний о СИЗОД, и приобретение практических умений определения размера шлем-маски противогаза.

III. Задачи.

1. Закрепить знания о СИЗОД.
2. Научиться определять размер шлем-маски противогаза.
3. Научиться использовать СИЗОД (противогаз)

IV. Время выполнения 1ч

V. Оборудование. Учебник ОБЖ, плакаты «Средства индивидуальной защиты», противогазы

ГП-5М, тканевый сантиметр, тетрадь для практических работ.

VI. Задание.

1. Записать в тетрадь СИЗОД, способы измерения окружности головы и лица (учебник ОБЖ стр.85-104)

2. Измерить окружности головы и лица.

Для подбора необходимого размера шлема-маски (0, 1, 2, 3, 4) нужно измерить голову по замкнутой линии, проходящей через макушку, щеки и подбородок (см. табл.). Измерения округляются до 0,5 см.

Результат измерения	Размер
До 63,0 см	0
63,5-65,5 см	1
66,0-68,0 см	2
68,5-70,5 см	3
71,0 см и более	4

3. Надеть противогаз по размеру

4. Надеть ВМП

VII Проверка усвоения пройденного материала.

Тестовое задание.

1. Какое из перечисленных средств защиты не является средством защиты органов дыхания:

- А) противогаз общевойсковой;
- Б) респиратор;
- В) индивидуальный противохимический пакет;
- Г) противопыльная тканевая маска.

2. Для определения размера противогаза необходимо знать:

- А) рост человека;
- Б) высоту лица;
- В) обхват груди.

3. Шлем-маска гражданского противогаза ГП-5 имеет:

- А) 2 роста;
- Б) 3 роста;
- В) 4 роста;
- Г) 5 ростов.

4. Что не относится к специальной защитной одежде:

- А) лёгкий защитный костюм Л-1;
- Б) защитный комбинезон;
- В) производственная одежда;
- Г) общевойсковой защитный комплект?

Практическая работа № 2

I. Тема. Одевание противогаза.

II. Цель. Закрепление теоретических знаний о СИЗОД, и приобретение практических умений

одевания противогаза.

III. Задачи.

1. Закрепить знания о СИЗОД.

2. Научиться одевать противогаз.

IV. Время выполнения 1ч

V. Оборудование. Учебник ОБЖ, плакаты «Средства индивидуальной защиты», противогазы ГП-5М, ГП-7М, тетрадь для практических работ.

VI. Задание.

1. Записать в тетрадь СИЗОД, порядок одевания противогаза (учебник ОБЖ стр.85-104)

2. Одеть противогаз по команде «Газы!».

При одевании противогаза необходимо:

- задержать дыхание и закрыть глаза;
- снять головной убор и зажать его между коленями или положить рядом;
- вынуть шлем-маску из сумки, взять ее обеими руками за утолщенные края у нижней части так, чтобы большие пальцы рук были с наружной стороны, а остальные внутри. Подвести шлем-маску к подбородку и резким движением рук вверх и назад натянуть ее на голову так, чтобы не было сверху складок;
- сделать полный выдох, открыть глаза и возобновить дыхание;
- надеть головной убор, застегнуть сумку и закрепить ее на туловище, если это не было сделано ранее.

Противогаз считается надетым правильно, если стекла очков лицевой части находятся против глаз, шлем-маска плотно прилегает к лицу. Необходимость сделать сильный выдох перед открытием глаз и возобновлением дыхания после надевания противогаза объясняется тем, что надо удалить из-под маски зараженный воздух, если он туда попал в момент надевания.

При надетом противогазе следует дышать глубоко и равномерно. Не надо делать резких движений. Если нужно бежать, то темп увеличивают постепенно.

Временные показатели и оценка за выполнение норматива № 1

Оценка по времени (секунд)		
«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»
7	8	10

Ошибки, снижающие оценку:

На один балл	До «неудовлетворительно»
1. при надевании противогаза обучаемый не закрыл глаза и не затаил дыхание или после надевания не сделал полный выдох;	1. допущено образование таких складок или перекосов, при которых наружный воздух может проникать под шлем-маску противогаза (фильтрующую полумаску респиратора);
2. шлем-маска противогаза (фильтрующая полумаска респиратора) надета с перекосом;	2. не герметично присоединена противогазовая коробка.

VII Проверка усвоения пройденного материала.

Тестовое задание.

1. Какое из перечисленных средств защиты не является средством защиты органов дыхания:

- А) противогаз общевойсковой;
 - Б) респиратор;
 - В) индивидуальный противохимический пакет;
 - Г) противопыльная тканевая маска?
2. Для определения размера противогаза необходимо знать:
- А) рост человека;
 - Б) высоту лица;
 - В) обхват груди.
3. Шлем-маска гражданского противогаза ГП-5 имеет:
- А) 2 роста;
 - Б) 3 роста;
 - В) 4 роста;
 - Г) 5 ростов.
4. Что не относится к специальной защитной одежде:
- А) лёгкий защитный костюм Л-1;
 - Б) защитный комбинезон;
 - В) производственная одежда;
 - Г) общевойсковой защитный комплект?

Практическая работа № 3

I. Тема. Настройка и работа с прибором ДП-5В, и ВПХР.

II. Цель. Закрепление теоретических знаний и приобретение практических умений работы с приборами дозиметрического контроля и химической разведки.

III. Задачи.

- 1. Закрепить знания о приборах.
- 2. Научиться пользоваться приборами.

IV. Время выполнения 1ч

V. Оборудование. Учебник ОБЖ, плакаты «Прибор ДП-5В», «Прибор ВПХР», приборы ДП-5В, ВПХР, тетрадь для практических работ.

VI. Задание.

- 1. Записать в тетрадь наименования приборов, порядок приведение в боевое положение приборов (учебник ОБЖ стр.85-104)
- 2. Подготовить приборы к работе.

Измерители мощности дозы

Измеритель мощности дозы ДП-5В предназначен для измерения мощности экспозиционной дозы над радиоактивно зараженной местностью, а также для измерения заражения поверхностей различных предметов по у-излучению. Он позволяет измерять мощности дозы в диапазоне от 0,5 до 200 Р/ч и степень радиоактивного заражения по у-излучению от 0,05 до 5000 мР/ч. Диапазон измерений разбит на 6 поддиапазонов.

Прибор состоит из измерительного пульта и блока детектирования (зонда), соединенных гибким кабелем.

Порядок измерений. При определении мощности дозы экран зонда устанавливается в положение Г и зонд должен располагаться на расстоянии 0,7-1 м от измеряемой поверхности. При определении степени радиоактивного заражения объектов зонд располагается на расстоянии 1см от поверхности объекта.

Для обнаружения β-зараженности поверхности объекта экран зонда устанавливается в положение Б и зонд также должен находиться на расстоянии 1 см от поверхности объекта. Увеличение показаний прибора свидетельствует о наличии β-заражения.

Краткая характеристика приборов химической разведки

Войсковой прибор химической разведки (ВПХР) предназначен для определения в

воздухе, на местности, технике и оборудовании паров (газов) ОВ и ОХВ.

Прибор состоит из корпуса с крышкой, насоса с насадкой, бумажных кассет с индикаторными трубками, грелки с патронами, противодымных фильтров, защитных колпачков.

Индикаторные трубки представляют собой запаянные стеклянные трубки, внутри которых помещены реактивы и наполнители.

В комплект входят индикаторные трубки:

- 1) с одним красным кольцом и красной точкой — для определения ФОВ (зарин, зоман, ви-газы);
- 2) с тремя зелеными кольцами — для определения общедовитых ОВ (синильная кислота и хлорциан) и удушающих ОВ (фосген и дифосген);
- 3) с одним желтым кольцом — для определения кожно-нарывных ОВ (иприт).

Кроме перечисленных трубок, в комплект прибора могут входить:

- с двумя черными кольцами — для определения мышьяковистого водорода;
- с тремя черными кольцами — для определения окиси углерода;
- с одним коричневым кольцом — для определения ОВ би-зет;
- с двумя белыми кольцами — для определения ОВ си-эс;
- с одним белым кольцом — для определения ОВ си-ар;
- с одним синим кольцом — для определения аммиака.

Принцип работы ВПХР основан на изменении окраски наполнителя индикаторной трубки после просасывания через нее ручным поршневым насосом анализируемого воздуха.

VII Проверка усвоения пройденного материала.

Тестовое задание.

1. Расположите перечисленные ниже материалы в порядке повышения надежности защиты от воздействия гамма-лучей?

- а) грунт;
- б) древесина;
- в) сталь;
- г) бетон.

2. Расположите зоны радиоактивного загрязнения в порядке уменьшения их опасного воздействия на человека.

- а) зона Б;
- б) зона В;
- в) зона А;
- г) зона Г.

3. Действие какого поражающего фактора ядерного взрыва приводит к массовым пожарам?

- а) ударная волна;
- б) световое излучение;
- в) проникающая радиация;
- г) радиоактивное загрязнение.

4. Боевые токсичные химические вещества — это:

- а) соединения, которые при определенном внешнем воздействии способны на быстрое самораспространяющееся химическое превращение;
- б) специальные смеси, выделяющие при горении большое количество теплоты;
- в) химические соединения, которые способны поражать людей и животных на больших площадях, проникать в различные сооружения, заражать местность и водоемы.

5. К какой группе боевых токсичных химических веществ по тактическому назначению относится зарин?

- а) смертельный;
- б) временно выводящий из строя;

в) раздражающий.

6. Применение химического оружия запрещено «Женевским протоколом» и «Конвенцией о запрещении разработки, производства, накопления и применения химического оружия и о его уничтожении» соответственно:

а) в 1925 и 1977 гг.;

б) в 1977 и 1925 гг.;

в) в 1927 и 1995 гг.;

г) в 1929 и 1992 гг.

7. Зарин, зоман, Ви-Икс относятся к боевым токсичным химическим веществам:

а) психо-химическим;

б) удушающим;

в) общеядовитым;

г) кожно-нарывным;

д) нервно-паралитическим.

8. Каким боевым токсичным химическим веществам свойственны такие признаки поражения, как жжение и боль во рту, горле и глазах, сильное слезотечение, кашель, затруднение дыхания?

а) Си-Эс, Си-Ар, адамсит;

б) фосген;

в) зарин, зоман, Ви-Икс;

г) иприт;

д) Би-Зет;

е) синильная кислота, хлорциан.

VIII Литература

Арустамов, Э. А. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник для среднего профессионального образования / Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко / Изд. 9-е – М. : Издательский центр «Академия», 2010. – С 83 – 89.

Практическая работа № 4

I.Тема. Строевая подготовка; воинское приветствие.

II. Цель. Закрепление теоретических знаний о строевой подготовке, и приобретение практических умений.

III. Задачи.

1. Закрепить знания о строе и воинском приветствии.

2. Научиться движению в строю и отдаанию чести.

IV. Время выполнения 1ч

V. Оборудование. Учебник ОБЖ, плакаты «Строевая подготовка», тетрадь для практических работ.

VI. Задание.

1. Записать в тетрадь строй отделения, шеренги.

2. Построение в составе взвода, отделения.

Выполнение строевых команд, начала движения, повороты на месте и в движении, отдавание чести в строю и вне строя.

Практическая работа № 5

I.Тема. Разборка и сборка автомата Калашникова, снаряжение магазина автомата патронами.

II. Цель. Закрепление теоретических знаний об автомате Калашникова и приобретение практических умений сборки и разборки автомата.

III. Задачи.

1. Закрепить знания об автомате.

2. Научиться разбирать и собирать автомат.

IV. Время выполнения 2ч

V. Оборудование. Учебник ОБЖ, плакаты «Автомата Калашникова», МГМ автомата

Калашникова – 2 ед., тетрадь для практических работ.

VI. Задание.

1. Записать в тетрадь устройство автомата, порядок разборки и сборки автомата.

2. Выполнить разборку автомата.

Разборка и сборка производится на столе или на чистой подстилке. Части и механизмы автомата укладываются в порядке разборки.

Порядок неполной разборки автомата:

- отделить магазин;
- вынуть пинал с принадлежностью;
- отделить шомпол;
- отделить крышку ствольной коробки;
- отделить возвратный механизм;
- отделить затворную раму с затвором;
- отделить затвор от затворной рамы;
- отделить газовую трубку со ствольной накладкой.

Показатели оценки ученика при выполнении сборки, разборки автомата.

- разборка 15с.-«5», 18с.-«4», 21с.-«3», за время свыше – пересдача;
- сборка 21с.-«5», 24с.-«4», 27с.-«3», за время свыше – пересдача;
- За каждое нарушение порядка сборки, разборки, а так же нарушение техники безопасности учащийся получает штрафное время 3с. за каждую ошибку.

**Министерство образования и науки Забайкальского края
Государственно профессиональное образовательное учреждение
«Шилкинский многопрофильный лицей»**

«Утверждаю»
Зам директора по УМР
ГПОУ «Шилкинский МПЛ»
Н.В.Алексеева

«1» июня 2022 г.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
по выполнению практических работ (для девушек)**

по профессиям: 23.01.09 Машинист локомотива
23.01.13 Электромонтер тяговой подстанции

по дисциплине ОУД. 07 Основы безопасности жизнедеятельности

2022 г.

Методические рекомендации по практической работе студентов разработаны на основе программы учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности.

Организация-разработчик:

Министерство образования и науки Забайкальского края Государственное профессиональное образовательное учреждение «Шилкинский многопрофильный лицей»

Автор:

Александрова Евгения Владимировна, преподаватель

Содержание

1. Введение
2. Пояснительная записка
3. Перечень практических работ
4. Указания по выполнению практических работ
5. Приложение

Введение

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) изучается студентами на первом курсе. Методические рекомендации по выполнению практических работ обеспечивают реализацию рабочей программы по Основам безопасности жизнедеятельности.

Реализация программы обеспечит компетентность будущих специалистов в области безопасности жизнедеятельности как неотъемлемой части их профессионализма в период вступления в самостоятельную жизнь.

Состав и содержание практического занятия определяется его ведущей дидактической целью - формирование практических умений:

3. профессиональных (выполнять определенные действия, операции, необходимые в последующем в профессиональной деятельности);
4. учебных, необходимых в последующей учебной деятельности.

Состав и содержание практических занятий направлены на реализацию государственных требований к минимуму содержания и уровню подготовки выпускников. Они должны охватывать весь круг профессиональных умений, на подготовку к которым ориентирована данная дисциплина и вся подготовка специалиста.

Практические работы могут носить репродуктивный, частично - поисковый характер.

Работы, носящие репродуктивный характер, отличаются тем, что при их проведении студенты пользуются подробными инструкциями, в которых указаны: цель работы, пояснения (теория, основные характеристики), оборудование, аппаратура, материалы и их характеристики, порядок выполнения работы, таблицы, выводы (без формулировок), контрольные вопросы, учебная и специальная литература.

Работы, носящие частично-поисковый характер, отличаются тем, что при их проведении студенты не пользуются подробными инструкциями, им не задан порядок выполнения необходимых действий, от студентов требуется самостоятельный подбор необходимого оснащения, выбор способов выполнения работы, инструктивной и справочной литературы.

Работы, носящие поисковый характер, отличаются тем, что студенты должны решить новую для них проблему, опираясь на имеющиеся у них теоретические знания.

Пояснительная записка

Ведущей дидактической целью практических занятий является формирование практических умений, необходимых в последующей учебной деятельности и жизни.

В соответствии с ведущей дидактической целью содержанием практических занятий является решение разного рода задач, в том числе профессиональных, анализ проблемных ситуаций, решение ситуационных задач, работа с измерительными приборами, средствами индивидуальной защиты, учебным тренажером для реанимационных действий, работа с нормативными документами, инструктивными материалами, справочниками.

На практических занятиях студенты овладевают первоначальными умениями и навыками, которые будут использовать в профессиональной деятельности и жизненных ситуациях.

Наряду с формированием умений и навыков в процессе практических занятий обобщаются, систематизируются, углубляются и конкретизируются теоретические знания, вырабатывается способность и готовность использовать теоретические знания на практике, развиваются интеллектуальные умения.

Содержание программы учебной дисциплины «Основ безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих **целей**:

- 1) организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- 2) предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- 3) использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- 4) применять первичные средства пожаротушения;
- 5) владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности;
- 6) оказывать первую помощь пострадавшим

В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть компетенциями:

Личностными:

- Л1** развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- Л2** готовность к служению Отечеству, его защите;
- Л3** формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- Л4** исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- Л5** воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности;
- Л6** освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

Метапредметными:

- М1** овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- М2** овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- М3** формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- М4** приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- М5** развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- М6** формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- М7** умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- М8** умения применять полученные теоретические знания на практике - принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- М9** умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- М10** умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

- М11** знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- М12** локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- М13** формирование установки на здоровый образ жизни;
- М14** развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

Предметными:

- П1** сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищённость личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- П2** знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- П3** сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- П4** сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности; 9
- П5** знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- П6** знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека,
- П7** знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- П8** умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- П9** умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- П10** знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- П11** знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- П12** владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

**Общие методические рекомендации и указания
по выполнению практических работ**

2. Подготовка к практической работе

Для выполнения практических работ студент должен руководствоваться следующими положениями:

3. Внимательно ознакомиться с описанием соответствующей практической работы и установить, в чем состоит основная цель и задача этой работы;
4. По лекционному курсу и соответствующим литературным источникам изучить теоретическую часть, относящуюся к данной работе.

3. Выполнение практических работ

Успешное выполнение практических работ может быть достигнуто в том случае, если студент представляет себе цель выполнения практической работы, поэтому важным условием является тщательная подготовка к работе.

4. Оформление практических работ

Оформление практических работ является важнейшим этапом выполнения. Каждую работу студенты выполняют, руководствуясь следующими положениями:

4. На новой странице тетради указать название и порядковый номер практической работы, а также кратко сформулировать цель работы;
5. Записать при необходимости план решения заданий;
6. Практическая работа должна быть написана разборчивым подчерком и выполнена в тетради с полями для проверки работы преподавателем. Итогом выполнения является устная защита работы, по вопросам, которые прописаны в конце работы.

Данная дисциплина базируется на знаниях умениях и навыках, полученных студентами при изучении социально-экономических, естественнонаучных и общетехнических дисциплин и в процессе изучения прослеживается теснейшая ее связь с этими дисциплинами.

Перечень практических работ

№ п/п	Тема практической работы	количество часов
6.	Определение размера шлем-маски противогаза.	1
7.	Одевание противогаза.	1
8.	Остановка кровотечений (наложение жгута).	2
9.	Наложение повязок при ранениях и травмах.	2
Итого		6

Практическая работа № 1

I. Тема. Определение размера шлем-маски противогаза.

II. Цель. Закрепление теоретических знаний о СИЗОД, и приобретение практических умений определения размера шлем-маски противогаза.

III. Задачи.

1. Закрепить знания о СИЗОД.
2. Научиться определять размер шлем-маски противогаза.
3. Научиться использовать СИЗОД (противогаз)

IV. Время выполнения 1ч

V. Оборудование. Учебник ОБЖ, плакаты «Средства индивидуальной защиты», противогазы ГП-5М, тканевый сантиметр, тетрадь для практических работ.

VI. Задание.

1. Записать в тетрадь СИЗОД, способы измерения окружности головы и лица (учебник ОБЖ стр.85-104)
2. Измерить окружности головы и лица.

Для подбора необходимого размера шлема-маски (0, 1, 2, 3, 4) нужно измерить голову по замкнутой линии, проходящей через макушку, щеки и подбородок (см. табл.). Измерения округляются до 0,5 см.

Результат измерения	Размер
До 63,0 см	0
63,5-65,5 см	1
66,0-68,0 см	2
68,5-70,5 см	3
71,0 см и более	4

3. Надеть противогаз по размеру

4. Надеть ВМП

VII Проверка усвоения пройденного материала.

Тестовое задание.

1. Какое из перечисленных средств защиты не является средством защиты органов дыхания:
А) противогаз общевойсковой;
Б) респиратор;
В) индивидуальный противохимический пакет;
Г) противопыльная тканевая маска.
2. Для определения размера противогаза необходимо знать:
А) рост человека;
Б) высоту лица;
В) обхват груди.
3. Шлем-маска гражданского противогаза ГП-5 имеет:
А) 2 роста;
Б) 3 роста;
В) 4 роста;
Г) 5 ростов.
4. Что не относится к специальной защитной одежде:
А) лёгкий защитный костюм Л-1;
Б) защитный комбинезон;
В) производственная одежда;
Г) общевойсковой защитный комплект?

Практическая работа № 2

I. Тема. Одевание противогаза.

II. Цель. Закрепление теоретических знаний о СИЗОД, и приобретение практических умений одевания противогаза.

III. Задачи.

1. Закрепить знания о СИЗОД.

2. Научиться одевать противогаз.

IV. Время выполнения 1ч

V. Оборудование. Учебник ОБЖ, плакаты «Средства индивидуальной защиты», противогазы ГП-5М, ГП-7М, тетрадь для практических работ.

VI. Задание.

1. Записать в тетрадь СИЗОД, порядок одевания противогаза (учебник ОБЖ стр.85-104)

2. Одеть противогаз по команде «Газы!».

При одевании противогаза необходимо:

- задержать дыхание и закрыть глаза;
- снять головной убор и зажать его между коленями или положить рядом;
- вынуть шлем-маску из сумки, взять ее обеими руками за утолщенные края у нижней части так, чтобы большие пальцы рук были с наружной стороны, а остальные внутри. Подвести шлем-маску к подбородку и резким движением рук вверх и назад натянуть ее на голову так, чтобы не было сверху складок;
- сделать полный выдох, открыть глаза и возобновить дыхание;
- надеть головной убор, застегнуть сумку и закрепить ее на туловище, если это не было сделано ранее.

Противогаз считается надетым правильно, если стекла очков лицевой части находятся против глаз, шлем-маска плотно прилегает к лицу. Необходимость сделать сильный выдох перед открытием глаз и возобновлением дыхания после надевания противогаза объясняется тем, что надо удалить из-под маски зараженный воздух, если он туда попал в момент надевания.

При надетом противогазе следует дышать глубоко и равномерно. Не надо делать резких движений. Если нужно бежать, то темп увеличивают постепенно.

Временные показатели и оценка за выполнение норматива № 1

Оценка по времени (секунд)		
«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»
7	8	10

Ошибки, снижающие оценку:

На один балл	До «неудовлетворительно»
3. при надевании противогаза обучаемый не закрыл глаза и не затаил дыхание или после надевания не сделал полный выдох;	3. допущено образование таких складок или перекосов, при которых наружный воздух может проникать под шлем-маску противогаза (фильтрующую полумаску респиратора);
4. шлем-маска противогаза (фильтрующая полумаска респиратора) надета с перекосом;	4. не герметично присоединена противогазовая коробка.

VII Проверка усвоения пройденного материала.

Тестовое задание.

1. Какое из перечисленных средств защиты не является средством защиты органов дыхания:

- А) противогаз общевойсковой;
- Б) респиратор;
- В) индивидуальный противохимический пакет;
- Г) противопыльная тканевая маска?

2. Для определения размера противогаза необходимо знать:

- А) рост человека;
- Б) высоту лица;
- В) обхват груди.

3. Шлем-маска гражданского противогаза ГП-5 имеет:

- А) 2 роста;
- Б) 3 роста;
- В) 4 роста;
- Г) 5 ростов.

4. Что не относится к специальной защитной одежде:

- А) лёгкий защитный костюм Л-1;
- Б) защитный комбинезон;
- В) производственная одежда;
- Г) общевойсковой защитный комплект?

Практическая работа № 3

I. Тема. Остановка кровотечений (наложение жгута).

II. Цель. Закрепление теоретических знаний оказания помощи при кровотечениях, профилактике осложнений ран.

Задачи.

1. Решить ситуационные задачи.

2. Научиться останавливать кровотечение при помощи закрутки.

IV. Время выполнения 2ч.

V. Оборудование. Ситуационные задачи, учебник БЖД, закрутки, бинты, шины.

VI. Задание.

1. Решить ситуационные задачи.

2. Изучить материал учебника БЖД стр. 248-266. Ответить на контрольные вопросы письменно.

3. Работа в парах: наложить закрутку, наложить повязки на руку, голову, ногу, наложить шину при переломе голени.

VII. Контрольные вопросы.

1. Дайте формулировку кровотечения.

2. Перечислите виды кровотечений.

3. Что такое асептика?

4. Что такое антисептика?

5. Перечислите виды ран.

6. Какие способы остановки кровотечений существуют?

Практическая работа № 4

I. Тема: Наложение повязок при ранениях и травмах.

II. Цель. Закрепление теоретических знаний оказания помощи при переломах, приобретение практических умений наложения повязок, закрутки, шин.

Задачи.

1. Научиться накладывать повязки на голову, руки, ноги.

2. Научиться накладывать шины

IV. Время выполнения 2ч.

V. Оборудование. Ситуационные задачи, учебник БЖД, закрутки, бинты, шины.

VI. Задание.

1. Решить ситуационные задачи.

2. Изучить материал учебника БЖД стр. 248-266. Ответить на контрольные вопросы письменно.

3. Работа в парах: наложить закрутку, наложить повязки на руку, голову, ногу, наложить шину при переломе голени.

VII. Контрольные вопросы.

1. Назовите виды переломов, перечислите признаки переломов.

2. Как оказать помощь при открытом переломе?

3. Как оказать помощь при закрытом переломе?

4. Что такое асептика?

5. Что такое антисептика?

Министерство образования и науки Забайкальского края
Государственное профессиональное образовательное учреждение
«Шилкинский многопрофильный лицей»

«Утверждаю»
Зам директора по УМР
ГПОУ «Шилкинский МПЛ»
Н.В.Алексеева

«2» июня 2022 г.

Комплект
контрольно-оценочных средств по учебной дисциплине
ОУД. 07 Основы безопасности жизнедеятельности
для профессий технического профиля

Шилка
2022 г.

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) среднего общего образования с учетом профиля получаемого профессионального образования.

Разработчик (и):

ГПОУ «Шилкинский МПЛ» преподаватель ОБЖ, Е.В. Александрова

Одобрено на заседании методической комиссии общеобразовательных дисциплин

Протокол № 10 от «01» июня 2022 г.

Председатель МК: И. В. Семёнова

СОДЕРЖАНИЕ

- 1 Паспорт комплекта оценочных средств
- 2 Комплекты материалов для оценки сформированности компетенций
- 3 Список литературы и интернет - ресурсов

Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств

В результате освоения учебной дисциплины ОБЖ обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС следующими умениями, знаниями, и общими компетенциями:

Личностными:

- Л1**развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- Л2**готовность к служению Отечеству, его защите;
- Л3**формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- Л4**исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- Л5**воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности;
- Л6**освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

Метапредметными:

- М1**овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- М2**овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- М3**формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- М4**приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- М5**развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- М6**формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- М7**умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- М8**умения применять полученные теоретические знания на практике - принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- М9**умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- М10**умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- М11**знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических

средств, используемых в повседневной жизни;

М12локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

М13формирование установки на здоровый образ жизни;

М14развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

Предметными:

П1сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищённость личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

П2знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

П3 сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

П4сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности

1.2 Система контроля и оценки освоения программы дисциплины

1.2.1 Формы промежуточной аттестации при освоении программы дисциплины

Наименование дисциплины	Формы промежуточного контроля и итоговой аттестации
1	2
Основы безопасности жизнедеятельности	Дифференцированный зачет

1.2.2 Организация контроля и оценки освоения программы дисциплины

Система контроля и оценки освоения программы дисциплины согласно требованиям нормативно-технической документации» включает текущий контроль, промежуточную и итоговую аттестацию.

Текущий контроль оценивает сформированность элементов компетенций (практического опыта, умений, знаний) по одной определенной теме (разделу) в процессе ее изучения. Текущий контроль проводится преподавателем в процессе проведения практических и теоретических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Формы текущего контроля знаний:

- тестирование;
- выполнение практических работ;
- выполнение контрольных работ.

Промежуточная аттестация оценивает результаты учебной деятельности (степень сформированности результатов).

При проведении промежуточной аттестации уровень подготовки обучающихся оценивается, как среднеарифметическая оценка контрольных точек (заданий), указанных в

комплекте оценочных средств).

Итоговый контроль в форме дифференцированного зачета.

2. КОМПЛЕКТ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ОСВОЕНИЯ УМЕНИЙ И ЗНАНИЙ

2.1. Комплект материалов для оценки уровня освоения умений и знаний

Задание 1 Выполнение самостоятельных работ. (См. МР по выполнению ВСР)

Проверяемые Л1, Л2, Л3, Л4, Л5, МП1, МП2, МП3, МП4, П1, П2, П3, П4.

Задание 2 Выполнение практических работ. (См. МР по выполнению практических работ)

Проверяемые Л1, Л2, Л3, Л4, Л5, МП1, МП2, МП3, МП4, П1, П2, П3, П4.

Задание 3 Выполнение контрольных работ.

Проверяемые Л1, Л2, Л3, Л4, Л5, МП1, МП2, МП3, МП4, П1, П2, П3, П4.

Контрольная работа №1

Тема: Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях

Цель: проверить знание действий в условиях чрезвычайных ситуаций

Время выполнения: 45 минут.

I вариант

1. Выживание — это:

- а) условия проживания, когда исключена возможность использования технических и других достижений;
- б) активная деятельность, направленная на сохранение жизни, здоровья и работоспособности в экстремальных условиях;
- в) нахождение человека в определенных условиях изолированности, когда ограничена или исключена вероятность помощи.

2. Выберите среди перечисленных причины, приводящие к вынужденному автономному существованию в природных условиях:

- а) авария транспортного средства в незнакомой местности;
- б) потеря ориентировки на местности;
- в) утрата части продуктов питания;
- г) потеря средств связи;
- д) крупный лесной пожар.

3. Какие из перечисленных предметов участник туристического похода должен взять с собой?

- а) сумка для переноски личных вещей;
- б) художественная книга;
- в) куртка с капюшоном (штормовка);
- г) легкий головной убор (шапочка);
- д) полиэтиленовая накидка от дождя;
- е) тетрадь для записей;
- ж) фляжка для питьевой воды;
- з) складной нож;
- и) запасная обувь (кроссовки);

к) рюкзак с широкими лямками и поясным ремнем.

4. В каких условиях целесообразно использовать метод движения по азимутам?

- а) ясный солнечный день;
- б) густой туман;
- в) лесной массив;
- г) заросли камыша;
- д) темная ночь;
- е) незнакомая местность, бедная ориентирами;
- ж) сильный снегопад.

5. Какое место лучше всего подходит для разведения костра?

- а) открытое, но защищенное от ветра и дождя;
- б) на торфяных болотах;
- в) рядом с сухими деревьями, где достаточно топлива;
- г) вблизи воды;
- д) зимой — под большими деревьями.

6. По возможности в условиях вынужденного автономного существования надо употреблять горячую пищу, так как она:

- а) безопасна;
- б) лучше усваивается организмом;
- в) дольше переваривается;
- г) вкусна.

7. Укажите среди перечисленных правила безопасного поведения на улице:

- а) ключи от квартиры (дома) и деньги хранить во внутренних карманах одежды;
- б) при пользовании банкоматом проявлять наблюдательность и осторожность;
- в) при движении держаться ближе к стенам домов;
- г) избегать малолюдных и плохо освещенных мест;
- д) при необходимости можно принимать предложение подвезти от незнакомого водителя;
- е) не обращаться за помощью к продавцам магазинов, кассирам, охранникам.

8. Чего не следует делать при пользовании общественным транспортом?

- а) спать в транспортном средстве;
- б) при отсутствии сидячих мест стоять в центральном проходе;
- в) садиться в пустом автобусе (трамвае, троллейбусе) близко к водителю;
- г) ожидать транспорт в плохо освещенном месте.

9. К преступлениям средней тяжести согласно Уголовному Кодексу Российской Федерации относят умышленные деяния, за совершение которых максимальное наказание не превышает:

- а) 10 лет лишения свободы;
- б) одного года лишения свободы;
- в) 2 лет лишения свободы;
- г) 5 лет лишения свободы.

10. Расположите приведенные ниже виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним, в порядке возрастания их строгости.

- а) лишение права заниматься определенной деятельностью;

- б) исправительные работы;
- в) штраф;
- г) арест;
- д) обязательные работы;
- е) лишение свободы на определенный срок.

11. Если землетрясение застало человека дома, то ему необходимо:

- а) срочно покинуть здание, используя лифт;
- б) быстро выйти на балкон;
- в) подойти к окну и посмотреть, что происходит на улице;
- г) укрыться в безопасном месте.

12. Укажите последовательность действий при угрозе схода оползня.

- а) закрыть окна, двери, вентиляционные отверстия;
- б) вынести из дома мусор и опасные химические вещества;
- в) включить телевизор (радио) и прослушать сообщение и рекомендации;
- г) выключить электричество, газ, воду, погасить огонь в печи;
- д) перенести ценное имущество в дом и укрыть его от влаги;
- е) выйти из дома и перейти в безопасное место.

13. Безопасными местами в доме при внезапном урагане, смерче или буре являются:

- а) места вблизи окон, чтобы можно было наблюдать за обстановкой на улице;
- б) ниши в стенах;
- в) дверные проемы в капитальных стенах;
- г) балконы и лоджии;
- д) встроенные шкафы;
- е) под прочными полками.

14. Какие из перечисленных мероприятий надо выполнить при пожаре в здании?

- а) сообщить в пожарную охрану;
- б) покинуть здание, используя лифт;
- в) двигаться в сторону, противоположную пожару;
- г) покинуть здание через незадымленный выход;
- д) покинуть здание, прыгнув с балкона или из окна любого этажа.

15. Что надо делать при аварии на радиационно опасном объекте, если нет индивидуальных средств защиты?

- а) подойти к окну и посмотреть, что делается на улице;
- б) вынести скоропортящиеся продукты и мусор;
- в) включить телевизор (радио), прослушать сообщение и рекомендации;
- г) закрыть окна и двери;
- д) загерметизировать помещение;
- е) приобрести в ближайшем магазине необходимые продукты для создания резерва;
- ж) защитить продукты питания;
- з) сделать запас воды;
- и) провести йодную профилактику;
- к) ждать дальнейшую информацию и указания.

16. Что делать человеку, оказавшемуся в зоне лесного пожара?

- а) двигаться под прямым углом к направлению распространения огня;
- б) быстро выходить из зоны пожара в любом направлении;
- в) при сильном задымлении двигаться пригнувшись, дышать через мокрую ткань;
- г) если возможно, окунуться в ближайшем водоеме;
- д) попытаться обогнать лесной пожар.

II вариант

1. Какие из указанных ситуаций относятся к экстремальным?

- а) землетрясение;
- б) буря;
- в) метель;
- г) потеря ориентировки на местности;
- д) сильный снегопад;
- е) авария на воздушном транспорте;
- ж) потеря группы на маршруте во время похода;
- з) лесной пожар.

2. В каком случае при аварии транспортного средства люди должны остаться на месте и ожидать помощи?

- а) происшествие произошло на незнакомой местности;
- б) сообщение о месте аварии передано в службу спасения;
- в) на месте происшествия бушует лесной пожар;
- г) во время аварии несколько человек получили сильные повреждения и не могут передвигаться самостоятельно;
- д) местность труднопроходимая (лес, овраги, болота);
- е) связи со службой спасения нет.

3. Укажите тот способ ориентирования, который позволяет лишь приблизительно определить расположение сторон горизонта.

- а) ориентирование по компасу;
- б) ориентирование по небесным светилам;
- в) ориентирование по растениям и животным.

4. Какие факторы следует учитывать при строительстве укрытия в условиях вынужденного автономного существования?

- а) наличие дождя и других осадков;
- б) температура воздуха;
- в) погода (пасмурная или солнечная);
- г) наличие насекомых;
- д) наличие материалов для строительства;
- е) количество и физическое состояние попавших в беду людей;
- ж) наличие вблизи естественных укрытий (пещера, расщелина и др.);
- з) продолжительность предполагаемой стоянки.

5. Какие правила в отношении пищи, как важного фактора выживания, в условиях вынужденного автономного существования следует выполнять?

- а) для лучшего переваривания пищу пережевывать как обычно;
- б) для экономии времени стараться питаться сухой пищей;
- в) уменьшить физическую активность;
- г) не тратить энергию и время на поиски чего-нибудь съедобного;
- д) взять на учет весь запас имеющихся продуктов;

- е) стараться приготовить и есть что-нибудь горячее;
- ж) искать для употребления в пищу съедобные растения, грибы, животных.

6. Какой способ обеззараживания воды в полевых условиях является наиболее простым и надежным?

- а) фильтрование через ткань;
- б) фильтрование через песок;
- в) кипячение;
- г) фильтрование через древесный уголь, песок и траву.

7. При нахождении в общественном месте рекомендуется выполнять следующие правила безопасного поведения:

- а) не привлекать к себе внимание;
- б) в кафе (ресторане) стараться занимать столики рядом со стойкой;
- в) менять валюту только в специально предназначенных для этого местах;
- г) стараться примирять ссорящихся людей;
- д) по возможности не посещать общественные туалеты в одиночку.

8. В железнодорожном транспорте рекомендуется соблюдать следующие правила безопасности:

- а) не играть с незнакомыми попутчиками в азартные игры;
- б) не считать деньги на виду у попутчиков;
- в) не пить предложенные посторонними людьми напитки;
- г) держать дверь в купе открытой, чтобы в любой момент можно было обратиться к проводнику;
- д) по возможности приобретать билеты в вагоны, расположенные в начале или в конце поезда.

9. Несовершеннолетними признаются лица, которым ко времени совершения преступления:

- а) исполнилось 13, но не исполнилось 18 лет;
- б) исполнилось 14, но не исполнилось 18 лет;
- в) исполнилось 14, но не исполнилось 20 лет;
- г) не исполнилось 18 лет.

10. Какие принудительные меры воспитательного воздействия могут быть назначены несовершеннолетнему?

- а) предупреждение;
- б) замечание;
- в) возложение обязанности загладить причиненный вред;
- г) передача под надзор родителей;
- д) выговор;
- е) ограничение досуга;
- ж) строгий выговор.

11. Если землетрясение застало на улице, необходимо:

- а) укрыться около высокого здания;
- б) при необходимости передвигаться, укрываясь у стен зданий;
- в) выйти на открытое место;
- г) при необходимости передвигаться в удалении от зданий;
- д) не подходить к полуразрушенным зданиям;

е) укрыться у полуразрушенного здания.

12. Какие правила безопасности следует выполнять при внезапном наводнении?

- а) занять ближайшее возвышенное место;
- б) остаться дома и ждать указаний и распоряжений;
- в) оставаться на возвышенном месте до схода воды или прибытия спасателей;
- г) эвакуироваться в безопасное место, если есть подручные средства (плот);
- д) эвакуироваться в безопасное место только тогда, когда вода достигла места вашего нахождения.

13. Если ураган обрушился внезапно, при нахождении в здании необходимо:

- а) быстро покинуть здание;
- б) подойти к окну и изучить обстановку;
- в) отойти подальше от окон;
- г) если есть подвал, укрыться в нем;
- д) укрыться в дверном проеме или в нише стены.

14. Укажите последовательность выполнения мероприятий при оповещении об аварии на радиационно опасном объекте.

- а) включить телевизор (радио) и прослушать сообщение;
- б) выключить газ, электричество, воду, погасить огонь в печи;
- в) вынести скоропортящиеся продукты и мусор;
- г) надеть средства индивидуальной защиты;
- д) освободить от продуктов холодильник;
- е) проследовать на сборный эвакупункт;
- ж) взять необходимые вещи, документы, продукты питания.

15. Укажите последовательность выполнения действий при выходе из зоны заражения аварийно химически опасными веществами.

- а) прополоскать рот;
- б) тщательно промыть глаза;
- в) снять верхнюю одежду;
- г) принять душ с мылом.

16. Укажите последовательность действий человека, который оказался под завалом и получил травму.

- а) если конечности придавлены, растирать их;
- б) постараться принять удобное положение;
- в) понять, какую получил травму;
- г) оказать себе посильную помощь;
- д) голосом или стуком привлечь внимание спасателей.

Контрольная работа №2

Тема: Поражающие факторы ОМП

Цель: проверить знание основных поражающих факторов ОМП

Время выполнения: 45 минут.

I вариант

17. Каким законом определены права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций?

- а) Законом Российской Федерации «О безопасности»;

- б) Федеральным законом «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
- в) Федеральным законом «О гражданской обороне»;
- г) Федеральным законом «О радиационной безопасности населения».

18. Укажите закон, закрепляющий правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства.

- а) Федеральный закон «Об обороне»;
- б) Закон Российской Федерации «О безопасности»;
- в) Федеральный закон «О гражданской обороне»;
- г) Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

19. Гражданская оборона — это:

- а) система мероприятий по прогнозированию, предотвращению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;
- б) система, обеспечивающая постоянную готовность органов государственного управления для быстрых и эффективных действий по организации первоочередного жизнеобеспечения населения при ведении военных действий;
- в) система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- г) система мероприятий по прогнозированию, предотвращению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в военное время.

20. В каком году была создана Гражданская оборона СССР?

- а) в 1932 г.;
- б) в 1961 г.;
- в) в 1924 г.;
- г) в 1941 г.

21. В соответствии с Федеральным законом «О гражданской обороне» ведение гражданской обороны на территории Российской Федерации или в отдельных ее местностях начинается:

- а) с момента объявления состояния войны или фактического начала военных действий;
- б) после введения Президентом Российской Федерации военного положения на территории Российской Федерации или в отдельных ее местностях;
- в) по решению Государственной Думы Российской Федерации;
- г) при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- д) в зависимости от конкретной ситуации в том или ином регионе.

22. Основными задачами обучения населения в области гражданской обороны являются:

- а) изучение порядка действий по сигналам оповещения;
- б) изучение приемов оказания первой медицинской помощи;
- в) изучение правил пользования индивидуальными и коллективными средствами защиты;
- г) освоение приемов проведения специальной обработки техники и территорий;
- д) изучение порядка обеззараживания техники и сооружений;
- е) изучение способов защиты от опасностей, возникающих при ведении военных

действий или вследствие этих действий.

23. Ядерное оружие — это:

- а) вид оружия, эффективность которого достигается за счет точного попадания в цель;
- б) вид оружия, действие которого основано на использовании кинетической энергии поражающих элементов;
- в) вид оружия массового поражения взрывного действия, основанного на использовании внутриядерной энергии;
- г) вид оружия, действие которого основано на использовании радиоактивных веществ, способных поражать противника без взрыва.

24. Проникающая радиация — это:

- а) ионизирующее излучение, представляющее собой поток гамма-лучей и нейтронов;
- б) радиоактивность воздуха, воды, почвы, материалов и различных предметов, возникающая в результате их облучения нейтронами;
- в) излучение, представляющее собой поток бета- и альфа-лучей.

25. Если светящаяся область ядерного взрыва не касается поверхности земли (воды), а взрыв произведен на высоте до нескольких километров, то это:

- а) высотный взрыв;
- б) воздушный взрыв;
- в) наземный (надводный) взрыв;
- г) космический взрыв.

26. Укажите поражающие факторы ядерного взрыва:

- а) электромагнитный импульс;
- б) ударная волна;
- в) ультразвуковое излучение;
- г) радиоактивное загрязнение;
- д) световое излучение;
- е) проникающая радиация;
- ж) наведенная радиация.

27. Каким фактором определяется время действия проникающей радиации на наземные объекты?

- а) мощностью ядерного взрыва;
- б) временем подъема облака ядерного взрыва на высоту, при которой гамма-нейтронное излучение не достигает поверхности земли;
- в) видом ядерного взрыва;
- г) временем до образования облака грибовидной формы.

28. Укажите наиболее эффективное коллективное средство защиты от всех поражающих факторов ядерного оружия:

- а) противогаз;
- б) противорадиационное укрытие;
- в) укрытие простейшего типа;
- г) убежище.

29. Химическое оружие — это:

- а) вид оружия, действующего на химические процессы, протекающие в твердой, жидкой и газообразной оболочках Земли;

- б) вид оружия массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах некоторых химических веществ;
- в) вид оружия массового поражения, действие которого основано на применении химических элементов, обладающих радиоактивностью.

30. Признаками применения химического оружия являются:

- а) темные полосы, которые тянутся за самолетом, оседая на землю;
- б) маслянистые пятна возле воронок разорвавшихся боеприпасов;
- в) светлые полосы, которые тянутся за самолетом;
- г) изменение естественной окраски растительности;
- д) наличие нехарактерных для данной местности насекомых;
- е) маслянистые пятна на листьях деревьев, траве, грунте, зданиях.

31. По действию на организм человека боевые токсичные химические вещества подразделяют на:

- а) кожно-паралитические;
- б) раздражающие;
- в) нервнопаралитические;
- г) кожно-нарывные;
- д) нервно-нарывные;
- е) удушающие;
- ж) общеядовитые;
- з) психохимические.

32. Мелкие пузыри на коже, которые сливаются в крупные и лопаются, оставляя язвы, свидетельствуют о поражении:

- а) раздражающим боевым токсичным химическим веществом;
- б) общеядовитым боевым токсичным химическим веществом;
- в) кожно-нарывным боевым токсичным химическим веществом;
- г) психохимическим боевым токсичным химическим веществом.

33. Металлический привкус во рту, головокружение, тошнота, рвота, судороги, паралич — это признаки поражения:

- а) боевым токсичным химическим веществом нервно-паралитического действия;
- б) боевым токсичным химическим веществом психохимического действия;
- в) боевым токсичным химическим веществом кожно-нарывного действия;
- г) боевым токсичным химическим веществом общеядовитого действия.

34. Укажите способы применения бактериологического (биологического) оружия:

- а) транспозиционный;
- б) аэромеханический;
- в) аэрозольный;
- г) трансмиссивный;
- д) диверсионный.

35. Поражающее действие бактериологического (биологического) оружия основано на:

- а) токсических свойствах некоторых веществ;
- б) использовании болезнетворных свойств микробов;
- в) принципах воздействия на наследственный аппарат людей.

36. В комплекс противоэпидемических и санитарно-гигиенических мероприятий по предотвращению распространения инфекционных заболеваний среди населения, подвергшегося воздействию бактериальных (биологических) средств, входят:

- а) обсервация и карантин;
- б) санитарная обработка;
- в) дегазация местности;
- г) дезинфекция зараженных объектов;
- д) дезактивация техники;
- е) экстренная профилактика.

37. Возбудителей каких заболеваний, как правило, используют для снаряжения бактериологического (биологического) оружия?

- а) чума;
- б) сибирская язва;
- в) грипп;
- г) холера;
- д) коклюш;
- е) натуральная оспа;
- ж) сыпной тиф;
- з) эпидемический паротит.

38. Какие из перечисленных средств относятся к высокоточному оружию?

- а) бетонобойные боеприпасы;
- б) разведывательно-ударные комплексы;
- в) управляемые авиационные бомбы;
- г) боеприпасы объемного взрыва;
- д) кумулятивные боеприпасы.

39. Какие боеприпасы предназначены для разрушения взлетно-посадочных полос аэродромов и других объектов с бетонным покрытием?

- а) осколочные;
- б) фугасные;
- в) кумулятивные;
- г) бетонобойные;
- д) объемного взрыва.

40. Действие каких боеприпасов основано на поражении людей, техники и объектов посредством высоких температур?

- а) боеприпасов объемного взрыва;
- б) зажигательных боеприпасов;
- в) кумулятивных боеприпасов;
- г) фугасных боеприпасов;
- д) боеприпасов температурного воздействия.

41. Разведывательно-ударный комплекс состоит из двух элементов:

- а) поражающие средства;
- б) средства защиты от воздействия противника;
- в) технические средства, обеспечивающие боевое применение;
- г) радиозащитные средства.

42. Расположите в порядке возрастания уровни управления Единой государственной

системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС):

- а) межрегиональный;
- б) муниципальный;
- в) федеральный;
- г) объектовый;
- д) территориальный.

43. Под оповещением о чрезвычайной ситуации понимают:

- а) целенаправленный и системный процесс передачи населению знаний, умений и навыков, необходимых при защите от аварий, катастроф и стихийных бедствий;
- б) доведение до органов управления, сил и средств Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), а также населения сигналов оповещения и информации о чрезвычайной ситуации и порядке действий в создавшихся условиях;
- в) научная и техническая информация о различных чрезвычайных ситуациях;
- г) организационные, правовые, технические и технологические меры по предупреждению различных угроз.

44. Какие средства защиты относятся к коллективным?

- а) общевойсковые защитные комплекты;
- б) убежища;
- в) противогазы;
- г) легкие защитные костюмы;
- д) укрытия простейшего типа.

45. К какой категории относятся убежища вместимостью на 1000 человек?

- а) малой вместимости;
- б) средней вместимости;
- в) большой вместимости.

46. Какие помещения убежища относятся к вспомогательным?

- а) помещение для отдыха людей;
- б) фильтровентиляционные камеры;
- в) помещение для дизельной электростанции;
- г) медицинский пункт;
- д) станции перекачки фекальных вод;
- е) кладовая;
- ж) помещение для баков с водой;
- з) помещение для санузлов.

47. Какие из перечисленных средств индивидуальной защиты предназначены для защиты кожи?

- а) изолирующий противогаз;
- б) фильтрующий противогаз;
- в) общевойсковой защитный комплект;
- г) легкий защитный костюм;
- д) комплект защитной фильтрующей одежды.

48. По принципу защитного действия противогазы подразделяют следующим образом:

- а) гражданские;

- б) промышленные;
- в) детские;
- г) фильтрующие;
- д) изолирующие;
- е) общебойсковые.

49. Индивидуальные противохимические пакеты ИПП-8, ИПП-9, ИПП-10 предназначены для:

- а) обеззараживания капельножидких боевых токсичных химических веществ, попавших на тело и одежду человека, средства индивидуальной защиты и инструмент;
- б) обеззараживания некоторых аварийно химически опасных веществ, попавших на тело и одежду человека, средства индивидуальной защиты и инструмент;
- в) оказания самопомощи и взаимопомощи при ожогах;
- г) предупреждения или ослабления поражения человека отравляющими и аварийно химически опасными веществами;
- д) обеззараживания радиоактивных веществ, попавших на тело и одежду человека, средства индивидуальной защиты и инструмент.

50. Аварийно-спасательные работы — это:

- а) система профилактических мер по защите населения при авариях и катастрофах;
- б) действия по спасению людей, материальных и культурных ценностей, защите природной среды в зоне чрезвычайной ситуации и подавлению или доведению до минимального возможного уровня воздействия опасных факторов;
- в) комплекс мероприятий, направленных на организацию наблюдения и контроля за состоянием окружающей среды и потенциально опасных объектов, а также прогнозирование и профилактика чрезвычайных ситуаций.

51. Укажите основные виды обеспечения аварийно-спасательных работ.

- а) разведка;
- б) авиационное обеспечение;
- в) инженерное обеспечение;
- г) гидрометеорологическое обеспечение;
- д) информационное обеспечение;
- е) транспортное обеспечение;
- ж) дорожное обеспечение;
- з) продовольственное обеспечение;
- и) санитарно-гигиеническое обеспечение;
- к) техническое обеспечение;
- л) материальное обеспечение;
- м) медицинское обеспечение.

52. Укажите виды санитарной обработки населения.

- а) индивидуальная;
- б) местная;
- в) частная;
- г) частичная;
- д) неполная;
- е) полная.

53. Полная санитарная обработка проводится обязательно в случаях:

- а) загрязнение аварийно химически опасными веществами;
- б) любое загрязнение радиоактивными веществами;

- в) загрязнение радиоактивными веществами, если после частичной санитарной обработки это загрязнение осталось выше допустимого;
- г) любое загрязнение отравляющими веществами;
- д) заражение бактериальными средствами.

54. Укажите очередность обезвреживания загрязнителей при одновременном загрязнении (заражении) радиоактивными, аварийно химически опасными веществами и бактериальными (биологическими) средствами.

- а) бактериальные средства;
- б) аварийно химически опасные вещества;
- в) радиоактивные вещества.

55. Укажите основные способы дегазации, применяемые для обезвреживания и удаления токсичных и опасных химических веществ.

- а) механический;
- б) биологический;
- в) физический;
- г) химический;
- д) технологический.

II вариант

17. В Федеральном законе «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» определены полномочия:

- а) Президента Российской Федерации;
- б) Федерального Собрания Российской Федерации;
- в) Совета Безопасности Российской Федерации;
- г) Правительства Российской Федерации;
- д) политических партий и объединений;
- е) органов государственной власти субъектов Российской Федерации;
- ж) общественных организаций;
- з) органов местного самоуправления.

18. В соответствии с Федеральным законом «О пожарной безопасности» граждане имеют право на:

- а) защиту жизни, здоровья и имущества в случае пожара;
- б) участие в установлении причин пожара, нанесшего ущерб их здоровью и имуществу;
- в) возмещение ущерба, причиненного пожаром в установленном порядке;
- г) получение в установленном порядке информации по вопросам пожарной безопасности;
- д) обеспечение помещений и строений, находящихся в их собственности, первичными средствами тушения пожаров;
- е) участие в обеспечении пожарной безопасности, в том числе в деятельности добровольной пожарной охраны.

19. Кто осуществляет руководство гражданской обороной в Российской Федерации?

- а) Президент Российской Федерации;
- б) Федеральное Собрание Российской Федерации;
- в) Совет Безопасности Российской Федерации;
- г) Правительство Российской Федерации;
- д) МЧС России.

20. На каком уровне осуществляют управление гражданской обороной региональные центры МЧС России?

- а) федеральный;
- б) межрегиональный;
- в) региональный;
- г) муниципальный;
- д) объектовый.

21. Выберите из приведенных ниже задач те, которые являются основными в области гражданской обороны.

- а) обучение населения области гражданской обороне;
- б) эвакуация населения, материальных и культурных ценностей в безопасные районы;
- в) проведение аварийно-спасательных работ только при ведении военных действий;
- г) предоставление населению убежищ и средств индивидуальной защиты;
- д) проведение мероприятий по световой маскировке;
- е) эвакуация раненых военнослужащих из районов боевых действий;
- ж) санитарная обработка населения;
- з) срочное восстановление функционирования необходимых коммунальных служб в военное время.

22. Каждый учащийся образовательного учреждения в области гражданской обороны должен уметь:

- а) пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- б) проводить частичную санитарную обработку;
- в) изготавливать простейшие средства защиты органов дыхания;
- г) строить и оборудовать укрытия для коллективной защиты;
- д) предохранять продукты питания и питьевую воду от загрязнения;
- е) работать с приборами радиационной и химической разведки и дозиметрического контроля;
- ж) пользоваться индивидуальной аптечкой.

23. Световое излучение — это:

- а) поток невидимых нейтронов;
- б) поток лучистой энергии, состоящий из ультрафиолетовых, видимых и инфракрасных лучей;
- в) световой поток продуктов горения, изменяющий состав атмосферного воздуха.

24. Наибольшую опасность радиоактивные вещества представляют:

- а) через сутки после выпадения;
- б) через несколько часов после выпадения;
- в) в первые часы после выпадения.

25. Какой из поражающих факторов ядерного взрыва приводит к большинству разрушений и повреждений зданий?

- а) световое излучение;
- б) проникающая радиация;
- в) ударная волна;
- г) радиоактивное загрязнение.

26. Расположите перечисленные ниже материалы в порядке повышения надежности

защиты от воздействия гамма-лучей?

- а) грунт;
- б) древесина;
- в) сталь;
- г) бетоной.

27. Расположите зоны радиоактивного загрязнения в порядке уменьшения их опасного воздействия на человека.

- а) зона Б;
- б) зона В;
- в) зона А;
- г) зона Г.

28. Действие какого поражающего фактора ядерного взрыва приводит к массовым пожарам?

- а) ударная волна;
- б) световое излучение;
- в) проникающая радиация;
- г) радиоактивное загрязнение.

29. Боевые токсичные химические вещества — это:

- а) соединения, которые при определенном внешнем воздействии способны на быстрое самораспространяющееся химическое превращение;
- б) специальные смеси, выделяющие при горении большое количество теплоты;
- в) химические соединения, которые способны поражать людей и животных на больших площадях, проникать в различные сооружения, заражать местность и водоемы.

30. К какой группе боевых токсичных химических веществ по тактическому назначению относится зарин?

- а) смертельный;
- б) временно выводящий из строя;
- в) раздражающий.

31. Применение химического оружия запрещено «Женевским протоколом» и «Конвенцией о запрещении разработки, производства, накопления и применения химического оружия и о его уничтожении» соответственно:

- а) в 1925 и 1977 гг.;
- б) в 1977 и 1925 гг.;
- в) в 1927 и 1995 гг.;
- г) в 1929 и 1992 гг.

32. Зарин, зоман, Ви-Икс относятся к боевым токсичным химическим веществам:

- а) психо-химическим;
- б) удушающим;
- в) общедовитым;
- г) кожно-нарывным;
- д) нервно-паралитическим.

33. Каким боевым токсичным химическим веществам свойственны такие признаки поражения, как жжение и боль во рту, горле и глазах, сильное слезотечение, кашель, затруднение дыхания?

- а) Си-Эс, адамсит;
- б) фосген;
- в) зарин, зоман, Ви-Икс;
- г) иприт;
- д) Би-Зет;
- е) синильная кислота, хлорциан.

34. Бактериологическое (биологическое) оружие — это:

- а) техногенные средства преднамеренного биологического воздействия, влияющие на психические функции человека;
- б) специальные боеприпасы и боевые приборы, снаряженные биологическими средствами, предназначенными для массового поражения людей, сельскохозяйственных животных и посевов сельскохозяйственных культур;
- в) специальное оружие, применяемое для повреждения генетического (наследственного) аппарата людей.

35. В каком году вступила в силу «Конвенция о запрещении разработки, производства и накопления запасов бактериального (биологического) и токсичного оружия и об их уничтожении»?

- а) 1925 г.;
- б) 1966 г.;
- в) 1968 г.;
- г) 1971 г.;
- д) 1972 г.;
- е) 1975 г.;
- ж) 1993 г.

36. Внешними признаками применения бактериологического (биологического) оружия являются:

- а) образование при разрывах боеприпасов облака дыма или тумана;
- б) наличие насекомых и грызунов в местах падения боеприпасов или контейнеров;
- в) маслянистые пятна возле воронок разорвавшихся боеприпасов;
- г) наличие необычных для данной местности скоплений насекомых и грызунов;
- д) изменение естественной окраски растительности (например, побурение листьев);
- е) наличие в местах разрывов боеприпасов капель жидкости или порошкообразных веществ.

37. Бактериологическое (биологическое) оружие может быть применено следующими способами:

- а) аэрозольным;
- б) аэромобильным;
- в) трансмиссивным;
- г) механическим;
- д) диверсионным.

38. Для каких целей предназначены кумулятивные боеприпасы?

- а) поражение больших наземных объектов;
- б) поражение людей;
- в) разрушение взлетно-посадочных полос аэродромов;
- г) поражение бронированных целей;
- д) поражение воздушных целей.

39. Укажите огневые и ударные средства (боеприпасы), относящиеся к обычному оружию.

- а) осколочные;
- б) бетонобойные;
- в) разведывательно-ударные;
- г) фугасные;
- д) управляемые авиационные;
- е) зажигательные;
- ж) кумулятивные;
- з) объемного взрыва.

40. Принцип действия каких боеприпасов заключается в распылении газовоздушных смесей с последующим подрывом образовавшегося облака аэрозолей?

- а) боеприпасы объемного взрыва;
- б) кумулятивные боеприпасы;
- в) зажигательные боеприпасы;
- г) фугасные боеприпасы.

41. Эффективность поражения малоразмерных целей высокоточным оружием достигается:

- а) наведением и самонаведением боеприпасов на визуально наблюдаемую цель;
- б) наведением и самонаведением боеприпасов с использованием средств радиолокационного обнаружения;
- в) большой мощностью боеприпасов;
- г) применением специальных боеприпасов;
- д) использованием кинетической энергии поражающих элементов;
- е) комбинированным наведением боеприпасов на цель (управлением с использованием автоматизированной системы на большей части траектории полета и самонаведением на конечном этапе).

42. Установите соответствие между зоной действия локальной системы оповещения и районом, для которого она характерна.

- а) в районах размещения ядерно и радиационно-опасных объектов;
- б) в районах размещения гидротехнических объектов;
- в) в районах размещения химически опасных объектов.

ЗОНА ДЕЙСТВИЯ

- 1) 2,5 км
- 2) 5 км
- 3) 6 км

43. К системе оповещения города, района относятся:

- а) сирены ручного привода;
- б) электромегафоны;
- в) сети наружных электросирен;
- г) сети уличных и квартирных громкоговорителей;
- д) бытовые радио- и телеприемники;
- е) подвижные звукоусилительные станции.

44. Какие помещения убежища относятся к основным?

- а) медпункт;
- б) помещения для баков с водой;
- в) фильтровентиляционные камеры;
- г) кладовые;
- д) электростанции;
- е) помещения для размещения людей;
- ж) помещения для электростанций.

45. Противорадиационное укрытие обеспечивает защиту людей:

- а) от всех поражающих факторов ядерного взрыва;
- б) от ударной волны (полностью);
- в) от ионизирующих излучений при радиоактивном заражении местности;
- г) от высокоточного оружия;
- д) от светового излучения;
- е) от проникающей радиации;
- ж) от высоких температур и дыма при пожарах;
- з) от непосредственного попадания на кожу и одежду радиоактивных, боевых токсичных химических веществ и бактериальных средств.

46. Какой запас продуктов питания должны иметь с собой укрывающиеся в убежище?

- а) на сутки;
- б) на 2 суток;
- в) на 3 суток;
- г) на 5 суток.

47. Укажите средства индивидуальной защиты органов дыхания:

- а) ватно-марлевая повязка;
- б) фильтровентиляционная установка;
- в) фильтрующий противогаз;
- г) защитная фильтрующая одежда;
- д) изолирующий противогаз;
- е) респиратор;
- ж) устройство регенерации воздуха;
- з) легкий защитный костюм.

48. Какое средство медицинской защиты предназначено для оказания помощи при ранениях и ожогах, предупреждения или ослабления поражения радиоактивными, боевыми токсичными химическими или аварийно химически опасными веществами?

- а) индивидуальный противохимический пакет ИПП-8;
- б) индивидуальный противохимический пакет ИПП-9;
- в) индивидуальный противохимический пакет ИПП-10;
- г) аптечка индивидуальная АИ-2.

49. Укажите, какие из приведенных ниже средств защиты кожи следует отнести к простейшим.

- а) плащ или накидка из прорезиненной ткани;
- б) легкий защитный костюм Л-1;
- в) защитная фильтрующая одежда;
- г) пальто из грубого сукна;

- д) дубленка;
- е) резиновые сапоги;
- ж) кожаные или резиновые перчатки (рукавицы);
- з) рубашка.

50. Аварийно-спасательные работы — это:

- а) действия по спасению людей, материальных и культурных ценностей, защите природной среды в зонах чрезвычайных ситуаций, по локализации чрезвычайных ситуаций и подавлению или доведению до минимально возможного уровня воздействия характерных для них опасных факторов;
- б) комплекс организационных, технических, хозяйственных, медицинских и других мероприятий, направленных на сохранение здоровья населения;
- в) система мероприятий, направленных на защиту персонала аварийных объектов, участников ликвидации чрезвычайной ситуации и населения.

51. Укажите основные этапы проведения аварийно-спасательных работ.

- а) поиск и обнаружение пострадавших;
- б) организация работы средств механизации и оборудования;
- в) обеспечение доступа спасателей к пострадавшим и работы по их деблокированию;
- г) оказание пострадавшим первой медицинской помощи;
- д) определение объема и характера перевозок;
- е) определение сроков и мест погрузки и разгрузки;
- ж) эвакуация пострадавших из зон опасности.

52. Укажите последовательность проведения частичной санитарной обработки.

- а) снять верхнюю одежду;
- б) встать спиной против ветра и вытряхнуть одежду;
- в) снять противогаз;
- г) обмыть водой или протереть влажной ветошью обувь;
- д) обмыть чистой водой открытые участки тела и лицевую часть противогаза;
- е) вымыть лицо, прополоскать рот и горло.

53. Каким из приведенных ниже способов обеззараживания удаляются с зараженных объектов радиоактивные вещества?

- а) дегазация;
- б) дезактивация;
- в) дезинфекция.

54. Частичную санитарную обработку при заражении капельножидкими аварийно химически опасными веществами следует проводить:

- а) немедленно;
- б) в течение первого часа после заражения;
- в) после выхода из зоны заражения.

55. Существуют три вида дезинфекции. Выберите их из представленных ниже:

- а) постоянная;
- б) профилактическая;
- в) текущая;
- г) временная;
- д) заключительная.

Контрольная работа №3

Тема: Характеристика основных составляющих ЗОЖ

Цель: проверить знание основных составляющих ЗОЖ

Время выполнения: 45 минут.

I вариант

1. Под здоровым образом жизни понимают:

- а) раздел медицины, изучающий влияние жизни и труда на здоровье человека;
- б) способ жизнедеятельности человека, который обеспечивает ему формирование, сохранение и укрепление здоровья;
- в) систему гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья человека.

2. Какие из приведенных ниже факторов особенно разрушающе воздействуют на здоровье человека?

- а) наркомания;
- б) закаливание;
- в) несоблюдение правил личной гигиены;
- г) табакокурение;
- д) употребление спиртных напитков;
- е) нерегулярные занятия физической культурой;
- ж) токсикомания.

3. Личная гигиена — это:

- а) гигиена общества в целом;
- б) гигиена отдельного человека;
- в) гигиена отдельной семьи;
- г) гигиена социальной группы.

4. Профилактический осмотр стоматолога рекомендуется проходить:

- а) каждый месяц;
- б) каждые 2 месяца;
- в) каждые 6 месяцев;
- г) каждый год.

5. Занятия какими видами спорта наилучшим образом подходят для оздоровления организма?

- а) тяжелая атлетика;
- б) лыжный спорт;
- в) плавание;
- г) автомобильный спорт;
- д) бег;
- е) велосипедный спорт.

6. Семья — это:

- а) группа людей, живущих вместе и ведущих общее хозяйство;
- б) социальная демографическая группа населения, объединенная средой обитания, единой моралью, совместными доходами и расходами;
- в) выработавшаяся за многие века форма объединения людей мужского и женского пола в интересах создания нормальных условий для их повседневной жизнедеятельности, сохранения здоровья, рождения и воспитания детей, передачи жизненного опыта, осуществления преемственности поколений.

7. Для заключения брака в Российской Федерации необходимо не только взаимное добровольное соглашение мужчины и женщины, но и достижение ими брачного возраста:

- а) 16 лет;
- б) 17 лет;
- в) 18 лет;
- г) 19 лет.

8. Согласно Семейному кодексу Российской Федерации не допускается заключение брака между:

- а) лицами, из которых хотя бы одно уже состоит в другом зарегистрированном браке;
- б) лицами, из которых хотя бы одно является ВИЧ-инфицированным;
- в) родственниками по прямой восходящей и нисходящей линии;
- г) полнородными (два общих родителя) и неполнородными (один общий родитель) братьями и сестрами;
- д) лицами, разница в возрасте у которых превышает 40 лет;
- е) усыновителями и усыновленными;
- ж) лицами, из которых хотя бы одно признано судом недееспособным вследствие психического расстройства.

9. Основаниями для признания брака недействительным являются:

- а) нарушение принципа единобрачия;
- б) нарушение условий, установленных статьей о брачном возрасте;
- в) преклонный возраст одного из супругов;
- г) обман, угрозы, примененные при заключении брака одним из супругов;
- д) сокрытие одним из лиц, вступающих в брак, от другого заболевания, передающегося половым путем или ВИЧ-инфекции;
- е) неизлечимая болезнь одного из супругов;
- ж) отбывание одним из супругов наказания за совершенное преступление;
- з) заключение фиктивного брака (если супруги или один из них зарегистрировали брак без намерения создать семью).

10. Родительские права прекращаются:

- а) при вступлении несовершеннолетних детей в брак;
- б) при достижении детьми возраста 20 лет;
- в) при поступлении детей на работу;
- г) при поступлении детей в образовательное учреждение высшего или среднего профессионального образования;
- д) при достижении детьми возраста 18 лет.

11. Венерические болезни (так издавна называют некоторые инфекционные заболевания) — это:

- а) заболевания, которыми можно заразиться, находясь по близости от больных людей;
- б) заболевания, возбудители которых передаются преимущественно половым путем;
- в) заболевания, возбудители которых передаются от больных животных человеку.

12. Признаком какого заболевания, передающегося половым путем, является появление маленькой ссадинки, или язвочки, которую называют твердым шанкром?

- а) сифилис;

- б) гонорея;
- в) трихомониаз;
- г) хламидиоз.

13. СПИД передается от одного человека к другому:

- а) через пищу, которая была приготовлена инфицированным человеком;
- б) при половом контакте с инфицированным человеком;
- в) через недостаточно простерилизованные медицинские инструменты;
- г) при переливании инфицированной крови;
- д) при применении препаратов, приготовленных на основе инфицированной крови;
- е) при пользовании общественным туалетом;
- ж) при пользовании общественным бассейном;
- з) у инфицированных беременных женщин плоду через плаценту;
- и) через кровососущих насекомых.

14. Заражение другого лица венерической болезнью или ВИЧ-инфекцией:

- а) не предусматривает какого-либо наказания;
- б) предусматривает наказание в уголовном порядке;
- в) предусматривает наказание только в административном порядке;
- г) подлежит только общественному осуждению;
- д) подлежит наказанию в соответствии с законодательством о материальной ответственности;
- е) подлежит наказанию в дисциплинарном порядке.

II вариант

1. Активные действия человека по формированию, сохранению и укреплению своего здоровья — это:

- а) отказ от курения;
- б) отказ от употребления спиртных напитков;
- в) занятия физической культурой;
- г) закаливание;
- д) соблюдение гигиенических правил;
- е) отказ от употребления наркотиков.

2. Науку, которая изучает влияние внешней среды на здоровье отдельного человека и всего населения, а также разрабатывает гигиенические нормы, требования и правила сохранения здоровья, высокой трудоспособности и продления активного долголетия, называют:

- а) психологией;
- б) валеологией;
- в) гигиеной;
- г) культурологией.

3. Какие из указанных ниже продуктов питания наиболее способствуют укреплению зубов и десен?

- а) яблоки;
- б) морковь;
- в) сельдерей;
- г) арахис и орехи;
- д) шоколад;
- е) семечки подсолнуха;

- ж) сыр;
- з) жирное мясо.

4. Благоприятно влияет на состояние волос:

- а) употребление в пищу каш (особенно овсяной);
- б) расчесывание пластмассовой расческой;
- в) употребление в пищу острых блюд;
- г) подвижные игры на свежем воздухе;
- д) крепкий полноценный сон.

5. Закон совместимости супругов кратко можно сформулировать так:

- а) врожденные и приобретенные качества супругов должны быть схожими;
- б) врожденные и приобретенные качества супругов должны быть различными (контрастными);
- в) врожденные качества супругов должны быть контрастными, а приобретенные — схожими, подобными;
- г) врожденные качества супругов должны быть схожими, а приобретенные — различными.

6. В соответствии с Семейным кодексом Российской Федерации заключение брака производится по истечении со дня подачи заявления в орган загса:

- а) 15 дней;
- б) 1 месяца;
- в) 45 дней;
- г) 2 месяцев.

7. При наличии уважительных причин органы местного самоуправления вправе разрешить желающим вступить в брак по достижении ими возраста:

- а) 14 лет;
- б) 15 лет;
- в) 16 лет;
- г) 20 лет.

8. Признание брака недействительным может быть установлено:

- а) по желанию одного из супругов;
- б) по решению органа записи актов гражданского состояния;
- в) по требованию органа опеки и попечительства;
- г) только в судебном порядке.

9. Расторжение брака может быть произведено:

- а) в органе местного самоуправления;
- б) в судебном порядке;
- в) в органе записи актов гражданского состояния;
- г) в органе законодательной власти.

10. В каких случаях один из родителей или оба родителя могут быть лишены родительских прав?

- а) за уклонение от выполнения обязанностей родителей (в том числе за злостное уклонение от уплаты алиментов);
- б) за отказ без уважительных причин взять своего ребенка из родильного дома или отделения, а также из другого учреждения (лечебного, воспитательного, социальной

защиты населения и т. п.);

- в) за злоупотребление родительскими правами;
- г) если длительное время проживают отдельно от детей;
- д) за жестокое обращение с детьми (в том числе за физическое и психическое насилие над ними, за покушение на их половую неприкосновенность);
- е) если являются хроническими алкоголиками и наркоманами;
- ж) если отбывают наказания за совершенные уголовные преступления;
- з) если совершили умышленное преступление против жизни или здоровья своих детей либо против жизни или здоровья супруга.

11. Всемирная организация здравоохранения условно подразделяет все заболевания, передающиеся половым путем, на две группы:

- а) классические (сифилис, гонорея и др.);
- б) вагиниты (молочница, трихомониаз, гарднереллез);
- в) в основном поражающие центральную нервную систему, печень, крайне негативно влияющие на иммунитет (СПИД, гепатит В и др.);
- г) язвенные (генитальный герпес, кондиломы).

12. В настоящее время известно более 20 болезней, передающихся половым путем, 8 из них могут оказаться смертельными. Укажите их:

- а) ВИЧ/СПИД;
- б) генитальные бородавки (кондиломы);
- в) трихомониаз;
- г) гонорея;
- д) сифилис;
- е) хламидиоз;
- ж) гарднереллез;
- з) генитальный герпес;
- и) гепатиты В и С.

13. Вирус иммунодефицита человека передается 4 способами:

- а) у инфицированных беременных женщин через плаценту плоду;
- б) через пищу, приготовленную инфицированным человеком;
- в) через поцелуй инфицированного человека;
- г) при половом контакте с инфицированным человеком;
- д) через недостаточно простерилизованные медицинские инструменты;
- е) через кровососущих насекомых;
- ж) при переливании инфицированной крови или использовании препаратов, приготовленных на ее основе.

14. Заражение ВИЧ-инфекцией предусматривает наказание в виде:

- а) только административного взыскания;
- б) лишения свободы на срок до 8 лет;
- в) мер гражданско-правовой ответственности;
- г) только дисциплинарного взыскания.

Контрольная работа № 4

Тема: Роль и значение ВС РФ

Цель: проверить знание роли значения ВС РФ

Время выполнения: 45 минут.

I вариант

1. В результате каких из перечисленных ниже реформ в России были созданы регулярные армия и флот, занимающие в Европе ведущее место по организации, вооружению и боевой подготовке?

- а) реформы середины XVI века;
- б) реформы начала XVIII века;
- в) реформы второй половины XIX века;
- г) реформы начала XX века.

2. Укажите виды Вооруженных Сил Российской Федерации.

- а) Сухопутные войска;
- б) Ракетные войска стратегического назначения;
- в) Космические войска;
- г) Военно-воздушные силы;
- д) Воздушно-десантные войска;
- е) Военно-Морской Флот.

3. В задачи каких войск входит обнаружение стартов баллистических ракет и предупреждение о ракетном нападении?

- а) Ракетные войска стратегического назначения;
- б) Войска противовоздушной обороны;
- в) Космические войска;
- г) Специальные войска.

4. Какие рода авиации входят в состав Военно-воздушных сил?

- а) бомбардировочная авиация;
- б) штурмовая авиация;
- в) истребительная авиация;
- г) морская авиация;
- д) армейская авиация;
- е) разведывательная авиация;
- ж) транспортная авиация;
- з) специальная авиация;
- и) авиация противовоздушной обороны.

5. В Федеральном законе «Об обороне» определено, что оборона — это:

- а) вооруженная организация государства, обеспечивающая защиту интересов Российской Федерации от агрессии со стороны других стран;
- б) комплекс военных реформ, направленных на совершенствование защиты Российской Федерации от агрессии;
- в) система политических, экономических, военных, социальных, правовых и иных мер по подготовке к вооруженной защите и вооруженная защита Российской Федерации, целостности и неприкосновенности ее территорий.

6. Какие из указанных ниже войск не входят в состав Вооруженных Сил Российской Федерации?

- а) инженерно-технические и дорожно-строительные войска;
- б) инженерные войска, войска связи, войска радиационной, химической и биологической защиты;
- в) внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации;
- г) войска гражданской обороны.

7. Боевые традиции — это:

- а) нормы, определяющие психологические и нравственные качества военнослужащих в период прохождения военной службы;
- б) юридически установленные правила и требования к несению военной службы;
- в) стихийно сформировавшиеся правила и нормы выполнения боевых задач;
- г) исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с выполнением боевых задач и несением воинской службы.

8. Морально-психологическое и боевое качество воина, характеризующее его способность устойчиво переносить длительные физические нагрузки, психическое напряжение и сохранять при этом присутствие духа, а в опасных ситуациях проявлять высокую боевую активность — это:

- а) героизм;
- б) воинская честь;
- в) мужество;
- г) воинская доблесть.

9. Самоотверженное, мужественное исполнение военнослужащим своего воинского долга и служебных обязанностей в мирное и военное время — это:

- а) героизм;
- б) воинская честь;
- в) мужество;
- г) воинская доблесть.

10. Внутренние, нравственные качества, достоинство воина, характеризующие его поведение, отношение к коллективу и выполнению воинского долга — это:

- а) воинское мастерство;
- б) воинская доблесть;
- в) мужество;
- г) воинская честь.

11. Воинский коллектив — это:

- а) несколько военнослужащих, случайно объединившихся для какой-то цели;
- б) группа военнослужащих, объединенных совместным воинским трудом и общими интересами в военном деле;
- в) создаваемая на время выполнения какой-либо задачи группа военнослужащих.

12. В каких формах проявляется войсковое товарищество?

- а) принципиальная оценка поведения товарищей;
- б) закрытость в оценке успехов и неудач сослуживцев;
- в) взаимная выручка в бою;
- г) взаимная помощь в учебе и службе;
- д) уважение к сослуживцам;
- е) настроенность в отношении действий других военнослужащих.

13. Боевое знамя воинской части — это:

- а) почетный знак, олицетворяющий честь, доблесть, славу и боевые традиции воинской части, указывающий на ее предназначение и принадлежность к Вооруженным Силам Российской Федерации;

- б) укрепленное на древке полотнище определенного цвета с надписями, эмблемами и символами;
- в) прикрепленное к древку или шнуру полотнище определенных размеров и цветов, иногда с изображением эмблем и символов.

14. Укажите, на какие виды можно условно подразделить воинские ритуалы.

- а) ритуалы боевой деятельности;
- б) ритуалы строевой деятельности;
- в) ритуалы учебно-боевой деятельности;
- г) ритуалы учебно-строевой деятельности;
- д) ритуалы повседневной деятельности.

15. Какие из приведенных ниже воинских ритуалов относят к ритуалам боевой деятельности?

- а) строевой смотр;
- б) принятие Военной присяги (принесение обязательства);
- в) вручение Боевого знамени;
- г) вручение вооружения, стрелкового оружия и военной техники;
- д) развод и смена караулов;
- е) вручение наград;
- ж) чествование героев;
- з) подъем и спуск Государственного флага Российской Федерации.

II вариант

1. Наиболее важную роль в укреплении нашего государства сыграли военные реформы, проведенные:

- а) в середине XVI века Иваном IV;
- б) в начале XVII века Дмитрием Пожарским;
- в) в первой четверти XVIII века Петром I;
- г) во второй половине XVIII века А. В. Суворовым;
- д) в 1860 — 1870 гг. Д. А. Милютиным;
- е) в 1905 — 1912 гг. после поражения в русско-японской войне.

2. В состав Сухопутных войск Вооруженных Сил Российской Федерации входят:

- а) Воздушно-десантные войска;
- б) Мотострелковые войска;
- в) Танковые войска;
- г) Ракетные войска;
- д) Ракетные войска и артиллерия;
- е) Войска противовоздушной обороны.

3. Военно-Морской Флот включает несколько родов сил:

- а) подводные;
- б) водные;
- в) надводные;
- г) морская авиация;
- д) речная авиация;
- е) береговые войска.

4. Тыл Вооруженных Сил — это:

- а) силы и средства, предназначенные для ведения боевых действий в тылу противника;

- б) силы и средства, осуществляющие тыловое и техническое обеспечение армии и флота в мирное и военное время;
- в) вид войск, предназначенный для поддержания порядка в тыловых районах.

5. Законом Российской Федерации «О безопасности» установлено, что безопасность — это:

- а) условия, при которых обеспечена целостность и неприкосновенность территории государства;
- б) состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз;
- в) состояние экономики, при котором исключается любая агрессия со стороны другого государства.

6. Военная служба, как особый вид федеральной государственной службы, выполняется не только в Вооруженных Силах Российской Федерации, но и в других войсках. Укажите в каких.

- а) внутренние войска Министерства внутренних дел РФ;
- б) дорожно-строительные войска;
- в) инженерно-технические войска;
- г) войска гражданской обороны.

7. Воинская честь — это:

- а) самоотверженное, мужественное исполнение военным своим воинским долгом и служебных обязанностей в мирное и военное время;
- б) внутренние, нравственные качества, достоинство воина, характеризующие его поведение, отношение к коллективу и выполнению воинского долга;
- в) морально-психологическое и боевое качество воина, характеризующее его способность устойчиво переносить длительные физические нагрузки, психическое напряжение и сохранять при этом присутствие духа, а в опасных ситуациях проявлять высокую боевую активность.

8. Совершение выдающихся по значению действий, отвечающих интересам общества и требующих от человека личного мужества, стойкости, готовности к самопожертвованию — это:

- а) героизм;
- б) патриотизм;
- в) воинская честь;
- г) мужество.

9. Воинский коллектив — это:

- а) случайно образовавшаяся с какой-либо целью группа воинов;
- б) относительно обособленное, организационно оформленное и руководимое командиром объединение военнослужащих, связанное общностью цели и воинской дисциплиной;
- в) обособленная и компактная группа военнослужащих.

10. По состоянию внутриколлективных отношений воинские коллективы подразделяют на три типа:

- а) с удовлетворительным уровнем;
- б) с низким уровнем;

- в) со средним уровнем;
- г) с хорошим уровнем;
- д) с отличным уровнем;
- е) с высоким уровнем.

11. Морально-правовая норма взаимоотношений между военнослужащими в воинском коллективе, непосредственно влияющая на его сплоченность и боеспособность, — это:

- а) воинский долг;
- б) воинская обязанность;
- в) войсковое товарищество;
- г) личная дисциплинированность.

12. Государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги — это:

- а) почетные звания Российской Федерации;
- б) ведомственные знаки отличия;
- в) ценные подарки;
- г) ордена Российской Федерации;
- д) медали Российской Федерации.

13. Воинские ритуалы — это:

- а) специальные действия, совершаемые в воинских подразделениях в праздничные дни;
- б) повседневные мероприятия, предусмотренные воинскими уставами при несении внутренней, гарнизонной и караульной служб;
- в) торжественные церемонии, совершаемые в повседневных условиях, во время праздничных торжеств и других случаях;
- г) плановые мероприятия, выполняемые в частях и подразделениях в соответствии с требованиями воинских уставов.

14. Какие из приведенных ниже воинских ритуалов следует отнести к ритуалам учебно-боевой деятельности?

- а) посвящение в боевую специальность;
- б) заступление на боевое дежурство;
- в) вручение Боевого знамени;
- г) чествование ветеранов;
- д) развод и смена караулов;
- е) встреча почетных гостей;
- ж) строевой смотр;
- з) торжественный марш;
- и) общая вечерняя поверка в части.

Контрольная работа № 5

Тема: Обязанности часового, Элементы строя.

Цель: проверить знание роли значения ВС РФ

Время выполнения: 45 минут.

I вариант

1. Воинская обязанность — это:

- а) особый вид государственной службы, исполняемой в Вооруженных Силах, других войсках, органах и воинских формированиях;
- б) система знаний о подготовке и ведении военных действий;

в) установленный законом почетный долг граждан с оружием в руках защищать свое Отечество, нести службу в рядах Вооруженных Сил, проходить вневойсковую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности.

2. Граждане Российской Федерации проходят военную службу:

- а) по призыву и в добровольном порядке (по контракту);
- б) только по призыву;
- в) только в добровольном порядке (по контракту);
- г) в порядке воинской повинности.

3. Комиссия по постановке граждан на воинский учет предусмотрена в следующем составе:

- а) заместитель руководителя местной администрации, военный комиссар района, руководитель органа внутренних дел района, секретарь комиссии, врачи-специалисты;
- б) военный комиссар района или его заместитель, представитель местной администрации, специалист по профессиональному психологическому отбору, секретарь комиссии, врачи-специалисты;
- в) заместитель военного комиссара района, специалист по профессиональному психологическому отбору, секретарь комиссии, врачи-специалисты.

4. Какие из указанных ниже причин (при условии документального подтверждения) являются уважительными для неявки по вызову военкомата)?

- а) заболевание или увечье, связанное с утратой трудоспособности;
- б) тяжелое состояние здоровья близких родственников (отца, матери, жены, мужа, сына, дочери, родного брата, родной сестры, бабушки, дедушки, усыновителя) либо участие в их похоронах;
- в) нахождение в отпуске или в командировке;
- г) препятствие, возникшее в результате действия непреодолимой силы, или иное обстоятельство, не зависящее от воли гражданина;
- д) свадьба близкого родственника;
- е) иные причины, признанные уважительными призывной комиссией, комиссией по первоначальной постановке на воинский учет или судом;
- ж) участие в спортивном соревновании.

5. Профессиональный психологический отбор граждан, призываемых на военную службу, осуществляется с целью:

- а) определения индивидуального физического развития призывников, так как с первых дней военной службы они испытывают значительные нагрузки;
- б) обеспечения соответствия индивидуально-психологических качеств граждан, призываемых на военную службу, современным требованиям в Вооруженных Силах Российской Федерации;
- в) определения качества освоения дополнительных образовательных программ по военной подготовке.

6. Какой категории профессиональной пригодности гражданина, призываемого на военную службу, соответствует формулировка «рекомендуется»?

- а) первой;
- б) второй;
- в) третьей;
- г) четвертой.

7. Согласно психологической классификации воинских должностей на командные

должности целесообразно готовить и назначать граждан, имеющих следующие гражданские специальности:

- а) бригадир;
- б) токарь;
- в) радиооператор;
- г) учитель;
- д) пожарный;
- е) воспитатель.

8. С каким результатом необходимо молодому солдату пробежать 3 км, чтобы выполнить норматив для нового пополнения воинских частей?

- а) 14 мин.;
- б) 14 мин. 15 сек.;
- в) 14 мин. 30 сек.;
- г) 3 мин. 45 сек.

9. Сколько раз необходимо подтянуться на перекладине молодому солдату, чтобы выполнить норматив для нового пополнения воинских частей на оценку «хорошо»?

- а) 11 раз; в) 9 раз;
- б) 10 раз; г) 8 раз.

10. Перечислите наиболее массовые военно-прикладные виды спорта, культивируемые в Вооруженных Силах Российской Федерации.

- а) автомобильный (мотоциклетный);
- б) гребно-парусный;
- в) футбол;
- г) плавание прикладное;
- д) хоккей с мячом;
- е) военно-спортивное ориентирование;
- ж) парашютный спорт;
- з) стрельба пулевая;
- и) стрельба из лука.

11. Заключение по результатам медицинского освидетельствования о категории годности к военной службе, обозначенное буквой «А», соответствует формулировке:

- а) не годен к военной службе;
- б) годен к военной службе;
- в) ограниченно годен к военной службе;
- г) временно не годен к военной службе.

12. Заключение по результатам медицинского освидетельствования о категории годности к военной службе, обозначенное буквой «Б», соответствует формулировке:

- а) не годен к военной службе;
- б) годен к военной службе;
- в) ограниченно годен к военной службе;
- г) годен к военной службе с незначительными ограничениями

13. Увольнение с военной службы — это:

- а) регулярный отдых, предоставляемый в соответствии с законодательством всем военнослужащим;
- б) краткосрочный отпуск из расположения воинской части;

в) установленное законом освобождение от дальнейшего несения службы в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации, других войсках, воинских формированиях и органах.

14. До какого возраста могут пребывать в запасе Вооруженных Сил Российской Федерации солдаты, матросы, сержанты и старшины?

- а) до 35 лет;
- б) до 40 лет;
- в) до 45 лет;
- г) до 50 лет.

15. Каким законом определены права, свободы, обязанности и ответственность военнослужащих?

- а) Федеральным законом «Об обороне»;
- б) Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе»;
- в) Федеральным законом «О статусе военнослужащих»;
- г) Федеральным законом «О мобилизационной подготовке и мобилизации в Российской Федерации».

16. Что является неперенным условием для реализации права на замену военной службы альтернативной гражданской службой?

- а) желание близких родственников;
- б) наличие двух и более детей;
- в) наличие ребенка-инвалида в возрасте до трех лет;
- г) противоречие несения военной службы убеждениям или вероисповеданию, а также другие случаи, установленные федеральным законом;
- д) устойчивое нежелание выполнять обязанности военной службы.

17. Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации подразделяются:

- а) на боевые и строевые;
- б) на боевые и общевойсковые;
- в) на боевые, строевые, тактические и гарнизонные;
- г) на дисциплинарные и строевые.

18. Боевые уставы Вооруженных Сил Российской Федерации содержат:

- а) описание способов передвижения военнослужащих на поле боя;
- б) правила, определяющие порядок действий при внезапном нападении противника;
- в) теоретические положения и практические рекомендации по использованию войск в бою.

19. Права и обязанности военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, взаимоотношения между ними, правила внутреннего распорядка определяет:

- а) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации;
- б) Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации;
- в) Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации;
- г) Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации.

20. Виды поощрений и взысканий, права командиров по их применению, порядок подачи и рассмотрения обращений (предложений, заявлений и жалоб) определяет:

- а) Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации;
- б) Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации;

- в) Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации;
- г) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации.

21. Призыву на военную службу подлежат граждане мужского пола, состоящие или обязанные состоять на воинском учете, не пребывающие в запасе и не имеющие права на освобождение от военной службы, в возрасте:

- а) от 18 до 24 лет;
- б) от 18 до 25 лет;
- в) от 18 до 26 лет;
- г) от 18 до 27 лет.

22. Не подлежат призыву на военную службу граждане:

- а) имеющие предусмотренную государственной системой аттестации ученую степень;
- б) отбывающие наказание в виде обязательных работ, исправительных работ, ограничения свободы, ареста или лишения свободы;
- в) имеющие неснятую или непогашенную судимость за совершение преступления;
- г) имеющие двух и более детей;
- д) в отношении которых ведется дознание или предварительное следствие, а также уголовное дело передано в суд;
- е) имеющие ребенка, воспитываемого без матери.

23. Гражданам, признанным в установленном Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе» порядке временно негодными к военной службе, предоставляется отсрочка от призыва на срок:

- а) от 26 недель до 24 месяцев;
- б) от 26 недель до 12 месяцев;
- в) от 6 до 12 месяцев;
- г) от 6 до 24 месяцев.

24. Призывная комиссия для проведения призыва назначается в составе:

- а) главы или другого представителя местной администрации;
- б) районного (городского) военного комиссара или его заместителя;
- в) специалиста по профессиональному психологическому отбору;
- г) секретаря комиссии;
- д) председателя комиссии;
- е) врача, руководящего работой по медицинскому освидетельствованию;
- ж) представителя органа внутренних дел;
- з) представителя органа управления образованием;
- и) представителя органа службы занятости населения.

25. Началом военной службы для граждан, не пребывающих в запасе и призванных на службу, считается:

- а) день принятия Военной присяги;
- б) день убытия из военного комиссариата к месту службы;
- в) день прибытия к месту военной службы;
- г) день прибытия в военный комиссариат.

26. Первый контракт о прохождении военной службы вправе заключать граждане в возрасте:

- а) от 18 до 27 лет;
- б) от 18 до 30 лет;

- в) от 18 до 35 лет;
- г) от 18 до 40 лет.

27. Укажите срок службы по первому контракту для поступающих на военную службу в качестве солдат, матросов, сержантов, старшин.

- а) 2 года;
- б) 3 года;
- в) 4 года;
- г) 5 лет.

28. Для военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, общая продолжительность службы по призыву и первому контракту для солдат, матросов, сержантов и старшин должна составлять:

- а) 3 года;
- б) 4 года;
- в) 5 лет;
- г) 6 лет.

29. Система воинских званий для всех составов военнослужащих установлена:

- а) Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе»;
- б) Федеральным законом «Об обороне»;
- в) Федеральным законом «О статусе военнослужащих»;
- г) Уставом внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации.

30. Присвоение воинских званий высших офицеров (генералов и адмиралов) производит:

- а) министр обороны Российской Федерации;
- б) Президент Российской Федерации;
- в) Совет Безопасности Российской Федерации;
- г) Государственная Дума Российской Федерации.

31. Какими законами определено правовое положение (статус) военнослужащих?

- а) Федеральным законом «О безопасности»;
- б) Федеральным законом «Об обороне»;
- в) Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе»;
- г) Федеральным законом «О статусе военнослужащих».

32. К дисциплинарной ответственности привлекают военнослужащих:

- а) за противоправные виновные действия (бездействие), предусматривающие административную ответственность;
- б) за противоправные виновные действия (бездействие), выражающиеся в нарушении воинской дисциплины, которые не влекут за собой уголовную или административную ответственность;
- в) за противоправные виновные действия (бездействие), предусматривающие уголовную ответственность;
- г) за противоправные виновные действия (бездействие), выражающиеся в нарушении воинской дисциплины, которые влекут за собой административную и уголовную ответственность.

33. Военнослужащих привлекают к административной ответственности:

- а) на общих основаниях только в соответствии с законодательством об административных правонарушениях;
- б) только в соответствии с Дисциплинарным уставом Вооруженных Сил Российской Федерации;
- в) на общих основаниях в соответствии с законодательством об административных правонарушениях, но с учетом некоторых особенностей.

34. Какие виды материальной ответственности применяют в отношении военнослужащих?

- а) ограниченная;
- б) неограниченная;
- в) неполная;
- г) полная;
- д) минимальная;
- е) максимальная.

35. За ущерб, причиненный по неосторожности при исполнении обязанностей военной службы, военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, привлекают к материальной ответственности в размере причиненного ущерба, но не более:

- а) одного оклада месячного денежного содержания;
- б) двух окладов месячного денежного содержания;
- в) трех окладов месячного денежного содержания;
- г) четырех окладов месячного денежного содержания.

36. Военнослужащие подлежат уголовной ответственности:

- а) за совершение общеуголовных преступлений;
- б) за совершение преступлений против военной службы;
- в) за совершение грубых дисциплинарных проступков;
- г) за совершение серьезных административных правонарушений.

37. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам и защищать ее от врагов — это:

- а) героизм;
- б) воинский долг;
- в) мужество;
- г) патриотизм.

38. Основными предметами боевой подготовки являются:

- а) огневая подготовка;
- б) тактическая подготовка;
- в) теоретическая подготовка;
- г) строевая подготовка;
- д) практическая подготовка;
- е) физическая подготовка;
- ж) химическая подготовка;
- з) уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.

39. Современную воинскую деятельность условно можно подразделить на три вида:

- а). боевая;
- б). учебно-боевая;

- в). строевая;
- г). повседневная;
- д). учебная.

40. К воинским чертам характера личности военнослужащего относятся:

- а). смелость;
- б). трудолюбие;
- в). мужество;
- г). самоотверженность;
- д). аккуратность;
- е). стойкость;
- ж). бдительность;
- з). коллективизм;
- и). взаимовыручка.

41. В соответствии с Уставом внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации по своему служебному положению и воинскому званию одни военнослужащие по отношению к другим могут быть:

- а) офицерами или солдатами;
- б) командирами или подчиненными;
- в) начальниками или подчиненными;
- г) начальниками и рядовыми.

42. Правильное поведение воина, которое направляется замечаниями, командами и приказами командиров и реализуется на основе повиновения — это:

- а) исполнительность;
- б) дисциплинированность;
- в) самодисциплина;
- г) аккуратность.

43. Профессиональная подготовка российских офицеров в учебных заведениях была организована:

- а) в конце XVII — начале XVIII в. по инициативе Петра I;
- б) в середине XVI в. при проведении реформ Иваном IV (Грозным);
- в) во второй половине XIX в. под руководством военного министра Д. А. Милютин.

44. В соответствии с Федеральным законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе» в военные образовательные учреждения профессионального образования принимают граждан Российской Федерации, прошедших военную службу или проходящих военную службу по призыву, до достижения ими возраста:

- а) 20 лет;
- б) 22 год;
- в) 24 года;
- г) 26 лет.

45. Военнослужащие, проходящие военную службу по призыву, могут быть направлены для выполнения задач в зоны военных конфликтов («горячие» точки):

- а) независимо от желания военнослужащего;
- б) в добровольно-принудительном порядке;
- в) исключительно на добровольной основе (по контракту);

- г) по приказу командования.

II вариант

1. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» определяет, что военная служба исполняется гражданами:

- а) только в Вооруженных Силах Российской Федерации;
- б) в Вооруженных Силах Российской Федерации, других войсках, органах, воинских формированиях, в воинских подразделениях федеральной противопожарной службы, в создаваемых на военное время специальных формированиях;
- в) в Вооруженных Силах Российской Федерации, войсках гражданской обороны, внутренних войсках, органах Федеральной службы безопасности;
- г) в Вооруженных Силах Российской Федерации, воинских формированиях и других войсках.

2. Согласно Федеральному закону «О воинской обязанности и военной службе» первоначальная постановка на воинский учет граждан мужского пола осуществляется в период:

- а) с 1 января по 1 апреля в год достижения ими возраста 17 лет;
- б) с 1 января по 31 марта в год достижения ими возраста 16 лет;
- в) с 1 января по 31 марта в год достижения ими возраста 17 лет.

3. Считаются уклонившимися от исполнения воинской обязанности и подлежащими административной ответственности граждане:

- а) не явившиеся по вызову военного комиссариата в указанный срок по уважительной причине, подтвержденной документом;
- б) не явившиеся по вызову военного комиссариата в указанный срок без объяснения причин;
- в) явившиеся по вызову военного комиссариата с нарушением указанного срока (опозданием) по уважительной причине, подтвержденной документом;
- г) явившиеся по вызову военного комиссариата с опозданием.

4. Укажите родственников, тяжелое состояние которых является уважительной причиной для неявки в указанный срок по вызову военного комиссариата:

- а) отец, мать;
- б) жена, муж;
- в) сын, дочь;
- г) родной брат, родная сестра;
- д) двоюродный брат, двоюродная сестра;
- е) племянник, племянница;
- ж) дедушка, бабушка;
- з) усыновитель;
- и) родной дядя, родная тетя.

5. По результатам профессионального психологического отбора определяется оценка о профессиональной пригодности гражданина к исполнению обязанностей в сфере военной деятельности. Она может быть такой:

- а) рекомендуется в первую очередь;
- б) рекомендуется во вторую очередь;
- в) рекомендуется;
- г) рекомендуется в основном;
- д) рекомендуется условно;

- е) рекомендуется с ограничениями;
- ж) не рекомендуется.

6. Какой категории соответствует оценка профессиональной пригодности «рекомендуется» гражданина, призываемого на военную службу?

- а) первой категории профессиональной пригодности (полностью соответствует требованиям воинских должностей);
- б) второй категории профессиональной пригодности (в основном соответствует требованиям воинских должностей);
- в) третьей категории профессиональной пригодности (минимально соответствует требованиям воинских должностей).

7. Согласно психологической классификации воинских должностей, замещаемых сержантами, старшинами, солдатами и матросами, на должности специального назначения целесообразно отбирать кандидатов, имеющих гражданские специальности:

- а) машиниста автокрана;
- б) кузнеца;
- в) водолаза;
- г) пожарного;
- д) монтажника;
- е) учителя;
- ж) горнорабочего;
- з) спасателя;
- и) каскадера;
- к) оператора ЭВМ.

8. С каким результатом надо пробежать на лыжах 5 км, чтобы выполнить норматив для нового пополнения воинских частей на оценку «отлично»?

- а) 30 мин.;
- б) 31 мин.;
- в) 29 мин.;
- г) 32 мин.

9. Какое минимальное расстояние необходимо проплыть в спортивной форме, чтобы выполнить норматив для нового пополнения воинских частей?

- а) 20 м;
- б) 30 м;
- в) 40 м;
- г) 50 м.

10. Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе» установлены:

- а) обязательная подготовка к военной службе;
- б) специальная подготовка к военной службе;
- в) необходимая подготовка к военной службе;
- г) добровольная подготовка к военной службе;
- д) принудительная подготовка к военной службе;
- е) полная подготовка к военной службе.

11. По результатам медицинского освидетельствования врачами-специалистами

могут быть вынесены следующие заключения о годности к военной службе:

- а) годен к военной службе;
- б) пригоден к военной службе;
- в) годен к военной службе с незначительными ограничениями;
- г) минимально годен к военной службе;
- д) ограниченно годен к военной службе;
- е) неограниченно годен к военной службе;
- ж) временно не годен к военной службе;
- з) не годен к военной службе.

12. Служебное подчинение младших старшим, нижестоящих органов вышестоящим, а также исполнение правил служебной, в том числе воинской, дисциплины во взаимоотношениях между различными по служебному положению и званию лицами — это:

- а) дисциплинированность;
- б) субординация;
- в) исполнительность;
- г) уважительное отношение.

13. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации предназначен:

- а) для подготовки населения к ведению партизанских действий в случае необходимости;
- б) для развертывания армии при мобилизации и ее пополнения во время войны;
- в) для создания резерва различных специалистов, необходимых в народном хозяйстве.

14. Граждане, состоящие в запасе, могут призываться на военные сборы продолжительностью:

- а) до 2 месяцев, но не чаще одного раза в 2 года;
- б) до 3 месяцев, но не чаще одного раза в 3 года;
- в) до 2 месяцев, но не чаще одного раза в 3 года;
- г) до 3 месяцев, но не чаще одного раза в 2 года.

15. Каким из федеральных законов установлены права, свободы, обязанности и ответственность военнослужащих, а также основы государственной политики по правовой и социальной защите военнослужащих, граждан, уволенных с военной службы и членов их семей?

- а) Федеральным законом «Об обороне»;
- б) Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе»;
- в) Федеральным законом «О статусе военнослужащих».

16. Официальные нормативные правовые документы, регламентирующие повседневную деятельность военнослужащих, жизнь, быт и несение службы в вооруженных силах, подготовку личного состава, определяющие основы боевых действий войск — это:

- а) приказы командиров и начальников;
- б) официальные распоряжения;
- в) воинские уставы;
- г) организационные указания.

17. Первый русский воинский устав был составлен:

- а) во второй половине XIV века воеводой Дмитрием Боброк-Волынским;
- б) во второй половине XVI века воеводой Михаилом Баратынским;

- в) в первой четверти XVII века Онисимом Михайловым;
- г) в первой четверти XVIII века Петром I.

18. Воинские уставы принято подразделять на два вида:

- а) боевые;
- б) повседневные;
- в) полевые;
- г) общевойсковые;
- д) общевойсковые;
- е) армейские;
- ж) военно-морские.

19. Права и обязанности военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, взаимоотношение между ними, обязанности основных должностных лиц полка и его подразделений определяет:

- а) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации;
- б) Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации;
- в) Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации;
- г) Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации.

20. Строевые приемы и движения без оружия и с оружием, строи подразделений и воинских частей в пешем порядке и на машинах, обязанности военнослужащих перед построением и в строю, способы передвижения на поле боя и действия при внезапном нападении противника определяет:

- а) Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации;
- б) Боевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации;
- в) служебный регламент воинской части;
- г) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации.

21. Призыв граждан на военную службу осуществляется на основании:

- а) приказа Министра обороны Российской Федерации;
- б) постановления Правительства Российской Федерации;
- в) указа Президента Российской Федерации;
- г) решения Государственной Думы Российской Федерации.

22. Кто подлежит призыву на военную службу?

- а) все граждане мужского пола в возрасте от 18 до 27 лет, годные к военной службе по состоянию здоровья;
- б) граждане мужского пола в возрасте от 18 до 27 лет, состоящие или обязанные состоять на воинском учете, не пребывающие в запасе и не имеющие права на освобождение от военной службы;
- в) граждане в возрасте от 18 до 27 лет, не имеющие права на освобождение от военной службы;
- г) граждане мужского пола Российской Федерации и стран СНГ в возрасте от 18 до 27 лет.

23. Гражданам, признанным на медицинском освидетельствовании временно не годными к военной службе, предоставляют отсрочку от призыва для обследования и лечения на срок:

- а) от 6 до 12 месяцев;
- б) от 3 до 12 месяцев;

- в) от 9 до 12 месяцев;
- г) от 3 до 9 месяцев.

24. Граждан, признанных негодными к военной службе:

- а) зачисляются в запас;
- б) направляются на лечение;
- в) направляются на альтернативную гражданскую службу;
- г) снимаются с воинского учета.

25. При несении военной службы на военнослужащих возлагается выполнение:

- а) общих обязанностей;
- б) частных обязанностей;
- в) специфических обязанностей;
- г) должностных обязанностей;
- д) персональных обязанностей;
- е) специальных обязанностей.

26. Какие условия закрепляются при заключении контракта о прохождении военной службы?

- а) срок службы;
- б) исполнение дополнительных обязанностей;
- в) исполнение должностных и специальных обязанностей;
- г) соблюдение прав гражданина, включая получение социальных гарантий и компенсаций;
- д) соблюдение прав гражданина и прав членов его семьи, включая получение социальных гарантий и компенсаций.

27. Назовите срок службы по первому контракту для поступающих на военную службу в качестве прапорщиков, мичманов, офицеров.

- а) 3 года;
- б) 4 года;
- в) 5 лет;
- г) 6 лет.

28. Для солдат, матросов, сержантов и старшин общая продолжительность службы по призыву и первому контракту должна составлять:

- а) 2 года;
- б) 3 года;
- в) 4 года;
- г) 5 лет.

29. В Вооруженных Силах Российской Федерации, других войсках, воинских формированиях и органах установлены следующие составы военнослужащих:

- а) юнги и курсанты, солдаты и матросы, сержанты и старшины, боцманы, прапорщики и мичманы, младшие офицеры и старшие офицеры, генералы;
- б) солдаты и матросы, сержанты и старшины, прапорщики и мичманы, офицеры и генералы;
- в) курсанты, солдаты и матросы, сержанты и старшины, прапорщики и мичманы, младшие офицеры, средние офицеры, старшие офицеры, высшие офицеры;
- г) солдаты и матросы, сержанты и старшины, прапорщики и мичманы, младшие офицеры, старшие офицеры, высшие офицеры.

30. Военная форма одежды подразделяется:

- а) на полевую (летнюю и зимнюю), повседневную для строя (летнюю и зимнюю), повседневную вне строя (летнюю и зимнюю), парадную для строя (летнюю и зимнюю), парадную вне строя (летнюю и зимнюю);
- б) на полевую (летнюю и зимнюю), повседневную (летнюю и зимнюю), парадную (летнюю и зимнюю), парадно-выходную (летнюю и зимнюю);
- в) на боевую, полевую, строевую, парадную (каждая из них на летнюю и зимнюю);
- г) на маскировочную, повседневную, выходную, парадную, полевую.

31. Все военнослужащие независимо от воинского звания и воинской должности равны перед законом и могут привлекаться:

- а) к административной, материальной и уголовной ответственности;
- б) к дисциплинарной, материальной и уголовной ответственности;
- в) к дисциплинарной, административной, материальной, гражданско-правовой и уголовной ответственности;
- г) к дисциплинарной, административной и гражданско-правовой ответственности.

32. В каких случаях увеличивается строгость наложенного дисциплинарного взыскания?

- а) если проступок совершен во время боевого дежурства (боевой службы);
- б) если проступок совершен в состоянии опьянения;
- в) если проступок совершен в выходной день;
- г) если проступок совершен при исполнении должностных или специальных обязанностей;
- д) если проступок совершен во время отпуска;
- е) если проступок привел к существенному нарушению внутреннего распорядка.

33. Какие административные наказания не могут быть применены к военнослужащим, проходящим военную службу по призыву?

- а) предупреждение;
- б) административный арест;
- в) исправительные работы;
- г) дисквалификация;
- д) лишение специального права, предоставленного физическому лицу;
- е) конфискация орудия (предмета) административного правонарушения;
- ж) административный штраф.

34. За ущерб, причиненный по неосторожности при исполнении обязанностей военной службы, военнослужащие, проходящие военную службу по контракту, и граждане, призванные на военные сборы, несут материальную ответственность в размере причиненного ими ущерба, но не более:

- а) одного оклада месячного денежного содержания и одной месячной надбавки за выслугу лет;
- б) одного оклада месячного денежного содержания и двух месячных надбавок за выслугу лет;
- в) двух окладов месячного денежного содержания и одной месячной надбавки за выслугу лет;
- г) двух окладов месячного денежного содержания и двух месячных надбавок за выслугу лет.

35. В течение какого срока со дня обнаружения причиненного ущерба военнослужащий может быть привлечен к материальной ответственности?

- а) 1 года;
- б) 2 лет;
- в) 3 лет;
- г) 4 лет.

36. За совершение преступлений, предусмотренных Уголовным Кодексом Российской Федерации, военнослужащие могут быть подвергнуты уголовному наказанию:

- а) районными и городскими судами, на территории которых совершено преступление;
- б) военными судами;
- в) районными и городскими судами, на территории которых расположена воинская часть;
- г) судами чести офицеров и прапорщиков.

37. Строгое и точное соблюдение всеми военнослужащими порядка и правил, установленных законами Российской Федерации, общевойсковыми уставами Вооруженных Сил Российской Федерации и приказами командиров (начальников) — это:

- а) исполнительность;
- б) дисциплинированность;
- в) воинская дисциплина;
- г) добросовестность.

38. Главная цель боевой подготовки войск:

- а) научить военнослужащих мастерскому обращению с оружием и боевой техникой, умелому выполнению обязанностей в сложных условиях обстановки, в разное время года, суток и в любую погоду, на разнообразной местности;
- б) обучить военнослужащих применению оружия для поражения противника в боевой обстановке;
- в) развить у военнослужащих наиболее важные для каждой воинской специальности волевые и физические качества;
- г) изучение материальной части военной техники, правил ее эксплуатации, ее практического обслуживания и ремонта.

39. Главные общие требования, которые воинская деятельность предъявляет к каждому военнослужащему, — это высокий уровень:

- а) общей теоретической подготовки;
- б) боевого мастерства;
- в) знаний о природе и обществе;
- г) юридических знаний;
- д) дисциплинированности;
- е) повседневных практических умений;
- ж) психологической подготовки.

40. Основными качествами, образующими структуру личности гражданина, являются:

- а) направленность личности;
- б) социальные интересы;
- в) характер;

- г) способности;
- д) направление личности;
- е) темперамент.

41. В Вооруженных Силах Российской Федерации принципом военного руководства является:

- а) ограниченная коллегиальность;
- б) единоначалие;
- в) субординация;
- г) взаимная ответственность.

42. Если поведение военнослужащего обусловлено исключительно пониманием норм и правил, не требующим каких-либо напоминаний — это:

- а) самодисциплина;
- б) исполнительность;
- в) дисциплинированность.

43. В соответствии с Федеральным законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе» в военные образовательные учреждения профессионального образования принимают граждан Российской Федерации, не проходивших военную службу, в возрасте:

- а) от 17 до 20 лет;
- б) от 17 до 21 года;
- в) от 16 до 21 года;
- г) от 16 до 22 лет.

44. Прием в военные образовательные учреждения профессионального образования граждан Российской Федерации, не проходящих военную службу, проводят:

- а) по личному заявлению, которое необходимо подать в образовательное учреждение до 1 мая года поступления;
- б) по личному заявлению, которое необходимо подать до 1 мая года поступления в районный (городской) военный комиссариат по месту жительства;
- в) по личному заявлению, которое необходимо подать по прибытии в образовательное учреждение.

45. Международное сотрудничество в целях коллективной безопасности и совместной обороны, как один из аспектов обороны страны, установлено:

- а) Федеральным законом «О безопасности»;
- б) Федеральным законом «Об обороне»;
- в) Указом Президента Российской Федерации;
- г) Военной доктриной Российской Федерации.

Министерство образования и науки Забайкальского края
Государственное профессиональное образовательное учреждение
«Шилкинский многопрофильный лицей»

«Утверждаю»
Зам директора по УМР
ГПОУ «Шилкинский МПЛ»
Н.В.Алексеева

«1» июня 2022 г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
по выполнению внеаудиторной самостоятельной работе студентов

по профессиям технического профиля:

23.01.09 Машинист локомотива
23.01.13 Электромонтер тяговой подстанции

по дисциплине: **Основы безопасности жизнедеятельности**

2022 г.

Методические рекомендации по выполнению внеаудиторной самостоятельной работы студентов разработаны на основе программы учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности..

Организация-разработчик:

Министерство образования и науки Забайкальского края Государственное профессиональное образовательное учреждение «Шилкинский многопрофильный лицей»

Автор:

Александрова Евгения Владимировна преподаватель ОБЖ

Содержание

Пояснительная записка
Тематика самостоятельной работы
Общие положения по самостоятельной работе
Методические рекомендации по составлению конспекта
Методические рекомендации по составлению доклада
Методические рекомендации по написанию реферата
Информационное обеспечение методических рекомендаций

Пояснительная записка

Сегодня основные задачи профессионального образования, сводятся к подготовке не просто квалифицированного работника, конкурентоспособного на рынке труда, компетентного, ответственного, способного к эффективной работе на уровне мировых стандартов, но и готового к постоянному профессиональному росту, социальной и профессиональной мобильности, удовлетворению потребности в получении соответствующего образования. Решение этих задач невозможно без повышения роли внеаудиторной самостоятельной работы учащихся над учебным материалом, усиления ответственности преподавателя за развитие навыков самостоятельной работы студентов, за стимулирование профессионального роста студентов, воспитание их творческой активности и инициативы.

Внеаудиторную самостоятельную работу студентов можно рассматривать как этап подготовки и перехода к целенаправленной научно-исследовательской работе. Широкое привлечение студентов к хорошо организованной, методически продуманной научно-исследовательской работе, тесно связанной с учебным процессом и профилем будущей профессии, становится весьма эффективным средством улучшения качества и повышения уровня их подготовки.

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана для приобретения знаний и умений в эффективном применении информационных образовательных ресурсов в учебной деятельности, организации индивидуального информационного пространства и автоматизации коммуникационной деятельности.

Основные цели и задачи истории как науки – развитие у студентов понимания особенностей безопасности жизнедеятельности, понимание необходимости постоянного самообразования как основы непрерывной подготовки в профессиональном плане и общественной жизни.

Основу программы составляет содержание, согласованное с требованиями федерального компонента государственного стандарта среднего общего образования базового уровня.

Программа выполняет две основные функции:

- информационно-методическую, позволяющую всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития студентов средствами дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»;
- организационно-планирующую, предусматривающую выделение этапов обучения, структурирование учебного материала, определение его количественных и качественных характеристик на каждом из этапов, в том числе для содержательного наполнения промежуточной аттестации студентов.

Основными содержательными разделами программы являются:

- **Безопасность и защита населения в опасных и чрезвычайных ситуациях**
- **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**
- **Основы военной службы**
- **Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи**

Для юношей раздел «Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи» исключен.

Раздел «Основы военной службы» увеличен, за счет тем по подготовке к практическим занятиям на базе воинской части.

Таким образом, программа учебной дисциплины предоставляет возможность реализации различных подходов к построению образовательного процесса, формированию у студентов системы знаний, умений, универсальных способов деятельности и общих компетенций:

- умений самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность в сфере образовательных информационных технологий;
- умений отстаивать свою гражданскую позицию, осознанно осуществлять выбор пути продолжения образования или будущей профессии.

**Самостоятельная работа студентов по учебной дисциплине
Основы безопасности жизнедеятельности**

Для юношей

Наименование разделов и тем	Объем часов на аудиторную работу	Объем часов на внеаудиторную самостоятельную	Содержание внеаудиторной самостоятельной работы	Вид контроля и отчетность по результатам внеаудиторной самостоятельной работы
Тема 1.1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения	9	4	Реферат «Уголовная ответственность несовершеннолетних», Сообщение по теме: «Нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности»	Представление рефератов и докладов,
Тема 1.2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности и страны	15	7	Сообщение на тему «Простейшие средства индивидуальной защиты», «ГО – составная часть обороноспособности страны». Выполнение домашних заданий	Представление докладов; Опрос
Тема 2.1. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	4	4	Реферат: «Характеристика основных инфекционных заболеваний», Выполнение домашних заданий	Представление рефератов и докладов;
Тема 2.2. Основы здорового образа жизни	7	6	Рефераты: «Причины вовлечения в наркоманию», «Профилактика наркомании», «Профилактика курения». Выполнение домашних заданий	Представление рефератов, опрос по темам
Тема 3.1. Вооружённые силы РФ – защитники Отечества	8	4	Сообщение на тему «История создания флота России», «Функции и задачи ВС РФ», Реферат: «Состав и предназначение войск ГО и	Представление рефератов, опрос по темам

			МЧС». Выполнение домашнего задания.	
Тема 3.2. Боевые традиции ВС РФ.	3	2	Сообщение по темам: «Воинский долг» Выполнение домашнего задания.	Представление докладов, рефератов, опрос по темам
Тема 3.3. Символы воинской части	3	3	Сообщение по темам: «История возникновения орденов России» Выполнение домашнего задания.	Представление докладов, опрос по темам
Тема 3.4. Подготовка к практическим занятиям на базе воинской части	14	6	Сообщение по темам: «Обязанности часового», «Тактико-технические данные автомата Калашникова», «Порядок чистки автомата Калашникова» Выполнение домашнего задания.	Представление докладов, опрос по темам
Итого	72	36		

Для девушек				
Наименование разделов и тем	Объем часов на аудиторную работу	Объем часов на внеаудиторную самостоятельную	Содержание внеаудиторной самостоятельной работы	Вид контроля и отчетность по результатам внеаудиторной самостоятельной работы
Тема 1.1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения	4	4	Доклад по темам: «Уголовная ответственность несовершеннолетних», «Законы РФ по обеспечению безопасности»	Представление докладов
Тема 1.2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособность и страны	11	7	Доклад на тему «Простейшие средства индивидуальной защиты»; Изготовление ватно-марлевых повязок	Представление докладов; Представление выполненной работы – изготовленных ВМП
Тема 2.1. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	13	4	Доклад по темам: «Основные инфекционные заболевания», «Влияние экологии на здоровье человека»	Представление докладов
Тема 2.2. Основы здорового образа жизни	14	6	Доклад по темам: «Рациональное питание и здоровье человека», «Чередование физических и умственных нагрузок»	Представление докладов
Тема 3.1. Вооружённые силы РФ – защитники Отечества и национальных интересов	6	4	Доклад по темам: «История создания флота России», «Функции и задачи ВС РФ», «Состав и предназначение войск ГО и МЧС».	Представление докладов
Тема 3.2. Боевые традиции вооружённых сил России. Символы военной чести.	8	6	Доклад по темам: «Порядок вручения и хранения Боевого Знамени воинской части», «История возникновения присяги», «История орденов России»	Представление докладов

Тема 4.1. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	15	5	Доклад по темам: «Действия спасателя при ЭРП», «Характеристика основных инфекционных заболеваний», «Симптомы инсульта и ОНН»	Представление докладов
Итого	72	36		

Общие положения по внеаудиторной самостоятельной работе

Внеаудиторная самостоятельная работа - планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Внеаудиторная самостоятельная работа студентов в лицее является важным видом учебной и исследовательской деятельности студентов. Обучение включает в себя две, практически одинаковые по объему и взаимовлиянию части – процесса обучения и процесса самообучения. Поэтому внеаудиторная самостоятельная работа студента должна стать эффективной и целенаправленной работой.

Концепцией модернизации российского образования определены основные задачи профессионального образования – «подготовка квалифицированного работника соответствующего уровня и профиля, конкурентоспособного на рынке труда, компетентного, ответственного, свободно владеющего своей профессией и ориентированного в смежных областях деятельности, способного к эффективной работе по специальности на уровне мировых стандартов, готового к постоянному профессиональному росту, социальной и профессиональной мобильности».

Решение этих задач невозможно без повышения роли внеаудиторной самостоятельной работы студентов над учебным материалом, усиления ответственности преподавателей за развитие навыков внеаудиторной самостоятельной работы, за стимулирование профессионального роста студентов, воспитание творческой активности и инициативы.

Целью внеаудиторной самостоятельной работы студентов является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профессии, опытом творческой, исследовательской деятельности. Внеаудиторная самостоятельная работа учащихся способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

Задачами внеаудиторной самостоятельной работы студентов являются:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений;
- использование материала, собранного и полученного в ходе самостоятельных занятий на семинарах, на практических занятиях, для эффективной подготовки к итоговому зачету.

Основными видами внеаудиторной самостоятельной работы учащихся без участия преподавателей являются:

- формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);
- написание контрольных работ и эссе;
- подготовка к семинарам и практическим работам, их оформление;
- составление аннотированного списка статей из соответствующих журналов;

- подготовка рецензий на статью;
- выполнение микроисследований;
- компьютерный текущий самоконтроль и контроль успеваемости на базе электронных обучающих и аттестующих тестов.

Процесс организации самостоятельной работы учащихся включает в себя следующие этапы:

- подготовительный (определение целей, задач);
- основной (реализация самостоятельной работы, использование приемов поиска информации, усвоения, переработки, применения, передачи знаний, фиксирование результатов, самоорганизация процесса работы);
- заключительный (оценка значимости и анализ результатов, их систематизация, оценка эффективности работы).

Инструкции для студентов по выполнению заданий для самостоятельной работы:

Методические рекомендации по составлению конспекта

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;
2. Выделите главное, составьте план;
3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;
4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.
5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли.

В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля.

Овладение, читаемость конспекта. Грамотность (терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении.

Критерии оценки

«5» - полнота использования учебного материала. Объем конспекта – 1 тетрадная страница на один раздел или лист формата А 4. Логика изложения (наличие схем, количество смысловых связей между понятиями). Наглядность (наличие рисунков, символов и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта. Грамотность (терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении.

«4» - использование учебного материала не полное. Объем конспекта – 1 тетрадная страница на один раздел или один лист формата А 4. Не достаточно логично изложено (наличие схем, количество смысловых связей между понятиями). Наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, лист формата А 4. Не достаточно логично изложено (наличие схем, количество смысловых связей между понятиями). Наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость

конспекта. Грамотность (терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении. Не разборчивый почерк.

«3» - использование учебного материала не полное. Объем конспекта – менее одной тетрадной страницы на один раздел или один навыками конспектирования требует от учащегося целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

«2» - использование учебного материала не полное. Объем конспекта – менее одной тетрадной страницы на один раздел или один лист формата А 4. Отсутствуют схемы, количество смысловых связей между понятиями. Отсутствует наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта. Допущены ошибки терминологические и орфографические. Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Не самостоятельность при составлении. Не разборчивый почерк.

Методические рекомендации по составлению и оформлению доклада.

Доклад - достаточно краткое освещение выбранной темы. С данной формой научной работы знаком почти каждый школьник, студент или ученый. Несмотря на свою простоту, доклад должен быть написан по определенным правилам. Доклад состоит из следующих частей:

- титульный лист;
- содержание работы;
- текст;
- список источников.

Доклад не должен иметь большой объем. Максимальное число страниц – 20, но в большинстве случаев необходимо ограничиться десятью. Однако при таком небольшом объеме следует грамотно и емко изложить всю суть освещаемой темы. Доклад при этом не подразумевает наличие серьезных исследований, фундаментальных выводов или сложных расчетов.

Как оформить доклад в учебное заведение или на научную конференцию?

Основные требования.

Текст печатается в текстовом редакторе Word. Размер шрифта должен быть 14пт. Сам шрифт - Times New Roman. Лучше выбрать полуторный междустрочный интервал, тогда текст будет лучше читаться. Поля на странице выбираются стандартные для Word. Желательно, чтобы на странице было не более пяти абзацев, поэтому не следует слишком дробить текст. Каждый абзац печатается с красной строки. Отступ выполняется автоматически, а не вручную с помощью пробелов.

Каждый раздел доклада печатается с нового листа. Все страницы должны быть пронумерованы, начиная с содержания. Титульный лист также учитывается при нумерации, однако номер на нем не ставится. Текст должен четко разделяться на вступление, основную часть и выводы. Во вступлении автор обязан познакомить своих слушателей с темой, упомянуть ученых, работающих над данной проблемой, а также основные понятия, которые будут встречаться далее. Также в данной части поднимают вопросы, на которые автор в работе постарается дать ответы. Основная часть освещает тему с разных сторон. Текст может быть раздроблен на разделы для простоты восприятия. В содержании необходимо обязательно указать все пункты и подпункты своей работы, если таковые имеются. Заключение содержит выводы и рекомендации. Не следует говорить о том, о чем не упоминалось в основной части доклада. Перед написанием работы поинтересуйтесь у научного руководителя, как оформить доклад. Каждое учебное заведение может иметь свои требования и правила. В некоторых случаях, например, от вас

могут потребовать помимо печатной версии доклада и электронный вариант на любом носителе информации (диск, дискета, флешка).

Как оформить титульный лист на доклад?

Именно с начальной страницы начинается знакомство с вашим докладом. Если она оформлена неаккуратно или не по правилам, то мнение о вашей работе может быть испорчено еще до знакомства с текстом.

Итак, как же должна выглядеть титульная страница доклада?

От вас требуется указать всю необходимую информацию в определенном порядке. Полное название учебного заведения. Пишется вверху страницы по середине. *Все буквы должны быть заглавными.* Далее также в центре страницы сверху указывается кафедра, на которой обучается автор. В самом центре листа необходимо написать тип работы (в нашем случае это доклад), дисциплину, по которой написан доклад и тему. Тему лучше выделить большим или жирным шрифтом для акцентирования внимания. Внизу страницы с правой стороны необходимо указать фамилию и инициалы автора. Если автор – учащийся, то прописывается также класс или факультет, курс и группа. Также в данной части необходимо написать фамилию и инициалы преподавателя, проверяющего работу. Обязательно необходимо указать его должность и научную степень, если таковая имеется. В самом низу страницы посередине печатается название населенного пункта, в котором расположено учебное заведение, а также год сдачи работы.

Методические рекомендации по написанию сочинения-эссе (вариант I).

Сочинения, изложения, эссе – всё это встречалось любому школьнику или студенту. Без них учёба не мыслима. А написать их не так легко, как может показаться сначала, ведь нужно выделить главную мысль, изложить свои предположения, аргументировать, проанализировать, и многое-многое другое. И написать это надо так, чтобы вас поняли, и приняли то, что вы пишете.

Шаг 1:

Ограничим тематику таким заданием, как эссе по истории. Чтобы правильно написать его, определимся сначала с темой. Выберите её сами или используйте ту, которую дал вам преподаватель, и начнём. Необходимо отыскать как можно больше информации по этой теме, чтобы можно было на что-то опираться, рассуждать, приводить цитаты. Чем глубже вы будете знать этот материал, тем лучше. Это пригодится вам не только для эссе, но и для дальнейшего обучения, для удачных ответов на лекциях и уроках.

Шаг 2:

Нашли необходимую информацию - упорядочим её. Отбираем то, что нам нужно в первую и в последнюю очередь, составляем план своих рассуждений, озаглавливаем основные пункты. Этот процесс очень важен. План необходим для логичного изложения и уместного употребления тех или иных фактов, на которых будет строиться всё рассуждение. К тому же, если ваш ответ предполагает устное изложение, план поможет вам сосредоточиться и не сбиться с упорядоченного пересказа.

Шаг 3:

Также выделите отдельно все «за» и «против», иллюстрирующие проблематику вашей темы. Скорее всего, об этом вас спросят в первую очередь. И чтобы не искать судорожно в памяти ответы, все тезисы должны быть оформлены отдельно. Умейте правильно снабдить их своими дополнениями, но не говорите впустую, не употребляйте пространственных выражений и фраз не по теме, аргументируйте свои слова и выводы.

Шаг 4:

Теперь, когда вы подготовились, вынесли основную идею и составили план, можете приступить к непосредственному написанию эссе. Сосредоточьтесь, старайтесь, чтобы вас

ничто не отвлекало. Старайтесь придерживаться публицистического стиля, конечно, если вам не был задан другой стиль изначально. Главное, избегайте разговорных форм и выражений, поменьше архаизмов типа «весьма», «дабы» и проч. Вы должны выражать свою мысль не как летописец, а как учёный человек, почти выпускник!

Шаг 5:

После основных рассуждений необходим вывод, который ярко и чётко подчеркнёт все ваши слова. Заключение – это, пожалуй, самая важная часть вашего эссе, так как здесь в двух-трёх предложениях нужно выразить глубокую мысль всего вашего изложения и поставить точку. А поставить точку тоже надо уметь. Не забудьте также и о вашем собственном мнении. Оно должно быть обрамлено доступными аргументами и фактами, основанными на событиях, которые вы описываете.

Шаг 6:

Запомните эти простые советы и держайте – отличное эссе уже у вас в кармане!

Методические рекомендации по подготовке рефератов

1. Темы рефератов для самостоятельной работы

Учащиеся имеют возможность выполнить самостоятельную работу в форме реферата – по одной из предложенных ниже тем:

1. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
2. Взаимодействие человека и среды обитания.
3. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
4. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
5. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.
6. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
7. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
8. Роль физической культуры в сохранении здоровья.
9. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
10. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
11. Табакокурение и его влияние на здоровье.
12. Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
13. Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
14. Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
15. Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
16. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
17. Терроризм как основная социальная опасность современности.
18. Космические опасности: мифы и реальность.
19. Современные средства поражения и их поражающие факторы.
20. Оповещение и информирование населения об опасности.
21. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
22. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
23. МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
24. Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
25. Основные виды вооружения и военной техники в российской Федерации.
26. Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.

27. Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
28. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
29. Символы воинской чести.
30. Патриотизм и верность воинскому долгу.
31. Дни воинской славы России.
32. Города-герои в Российской Федерации.
33. Города воинской славы в Российской Федерации.
34. Профилактика инфекционных заболеваний
35. Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
36. СПИД – чума 21 века.
37. Оказание первой помощи при бытовых травмах.
38. Духовность и здоровье семьи.
39. Здоровье родителей – здоровье ребенка.
40. Формирование здорового образа жизни с пеленок.
41. Как стать долгожителем.
42. Рождение ребенка – высшее чудо на Земле.
43. Политика государства по поддержке семьи.

Выбор темы реферата – добровольный, на усмотрение самого учащегося. Рекомендуется выбрать ту тему реферата, которая наиболее интересна для самостоятельной подготовки учащегося.

Набор тем для составления реферата может изменяться с наступлением нового учебного года, однако общие принципы выполнения рефератов и требования к их оформлению остаются неизменными.

2 Требования к оформлению рефератов

2.1 Структура реферата

Реферат должен включать в себя (в указанной последовательности)

- 1) титульный лист;
- 2) оглавление (содержание) с указанием номеров соответствующих страниц;
- 3) Введение;
- 4) основной текст (с разбивкой на главы);
- 5) Заключение;
- 6) список использованных источников – сайтов, книг, журнальных и газетных статей.

2.2 Оформление отдельных частей реферата

2.2.1 Пример оформления титульного листа представлен в Приложении к настоящим рекомендациям.

2.2.2. Во «Введении» необходимо вкратце раскрыть важность и актуальность выбранной темы реферата, показать её значение для общего понимания теории и практики безопасности жизнедеятельности, основ военной службы и основ медицинских знаний. Общий объём «Введения» должен составлять не более 2 – 3 абзацев.

2.2.3 Основной текст реферата рекомендуется разбить на главы (а, возможно, даже и на части): например, если выбрана тема «Структура организации мотострелковых войск», основной текст реферата может быть разделён на следующие главы:

- Задачи и принципы организации мотострелковых войск;
- Подразделения, входящих в состав мотострелковой бригады, их взаимодействие в боевых условиях;
- Боевой путь мотострелковых войск – в Великой Отечественной войне, в войне в Афганистане, в контртеррористических операциях на Северном Кавказе;
- Вооружение и боевая техника мотострелковых войск.

Данные главы могут быть, в свою очередь, разбиты на пункты, подпункты и т.д. Приветствуется наличие в тексте наглядно-иллюстративного материала – фотографий, таблиц, рисунков, схем и т.п.

2.2.4 «Заключение» должно содержать выводы и дальнейшие пути решения проблемы, заявленной в названии темы реферата. Объём «Заключения» не должен превышать 2 – 3 абзацев.

2.2.5 Правила профессиональной этики требуют наличия в заключительной части реферата **«Списка использованных источников»**: это показывает, что студент самостоятельно освоил материал сайтов, книг, учебных пособий, журнальных или газетных сайтов и вполне владеет темой реферата. В противном случае, при отсутствии Списка источников, преподаватель, проверяющий реферат, вынужден думать, что студент-исполнитель реферата **сам**, всю свою сознательную жизнь посвятил изучению деятельности Петра I по созданию регулярной российской армии или принципов организации Ракетных войск стратегического назначения. Здравый смысл подсказывает преподавателю, что это не так.

При этом ссылки в Списке источников располагаются в следующем порядке: сначала – ссылки на бумажную прессу и литературу в алфавитном порядке, затем следуют ссылки на web-сайты, также в алфавитном порядке. Список использованных источников должен содержать не менее 4 наименований.

Пример оформления Списка источников:

1. *Янцер О.В.* Боевой путь Российской Армии. М.: АСТ-Астрель, 2008. 423 с.
2. *Черных Т.Б., Цисельская О.В.* Полиция Свердловской области: вчера, сегодня, завтра // Военные знания, 2012, № 2. С. 56 – 61.
3. www.rus-security.ru/6734/flagman/78221255/
4. www.irc43.ru/news85/

2.3 Технические требования к оформлению рефератов

2.3.1 Форматирование текста

Текст реферата выполняется печатным способом (через распечатку на принтере) на бумаге белого цвета, формата А4, в книжной ориентации. Объём реферата должен составлять не менее **10** страниц (включая все составные части реферата, указанные в п. 2.1 настоящих Рекомендаций, за исключением титульного листа) и не более **15** страниц печатного текста. Оптимальный объём реферата – **12** страниц.

При создании текста реферата задаются следующие технические параметры:

- шрифт – Times New Roman, 14 кегль,
- поля: верхнее и нижнее – 15 мм, левое – по 30 мм каждое, правое поле – 10 мм,
- абзацный отступ – 2,0 см,
- межстрочный интервал – одинарный,
- выравнивание – по ширине.
- автоматическая расстановка переносов.

2.3.2 Ссылки на источники

Ссылки на использованные источники приводятся непосредственно в тексте реферата в квадратных скобках в соответствии с очередностью источника в Списке использованных источников (см. подп. 3.2.2.5 настоящих Рекомендаций), например:

...как показали исследования Т.Б. Черных и О.В. Цисельской [2], органы полиции в Свердловской области представляют эффективную силу по противодействию экстремизму и криминалитету...

2.3.3 Реформатирование интернет-текста

В реферате не допускается наличие гиперссылок, скопированных из Интернета. Все выделения цветом, гиперссылки и иные технические элементы, присутствовавшие в тексте сайта перед его копированием в файл реферата, должны быть реформатированы – гиперссылки удаляются, выделение цветом снимается, инструменты «[Править]» или «[Скачать]» убираются - и т.д. Выравнивание текста, скопированного с web-сайта, выполняется в соответствии с подп. 3.2.3.1 настоящих Рекомендаций.

2.3.4 Порядок представления реферата

Реферат сдаётся для проверки преподавателю только в РАСПЕЧАТАННОМ виде (**не на флэш-карте!**).

При представлении реферата учащийся полностью уверен, что реферат им выполнен на 100 %. Не принимаются на «промежуточную» проверку рефераты, требующие, с точки зрения самого учащегося, доработки, редактирования и т.п. действий.

Недоделанную работу не показывают!

Публично защищать реферат не требуется: это не предусмотрено рабочим планом преподавателя. Защита рефератов организуется в специальном порядке по особой просьбе самих учащихся.

2.4 Критерии оценивания рефератов

Представляемые учащимися рефераты оцениваются преподавателем по следующим критериям:

- а) соответствие текста реферата заявленной теме;
- б) глубина проработки (раскрытия) темы в тексте реферата;
- в) умение видеть проблему и искать пути её решения («Введение» и «Заключение»);
- г) многообразие точек зрения различных авторов на одну и ту же проблему (объективность раскрытия темы) – отслеживается по Списку использованных источников;
- д) степень самостоятельности учащегося в работе над рефератом (крайне желательно показать в реферате собственную точку зрения на рассматриваемую проблему: см. подп. 3.2.2.3 настоящих Рекомендаций);
- е) степень иллюстративности материала, представляемого в реферате: таблицы, фотографии, схемы, рисунки и т.п. (см. подп. 3.2.2.3 настоящих Рекомендаций);
- ж) соответствие оформления реферата техническим требованиям оформления рефератов, изложенным в п. 3.2.3 настоящих Рекомендаций.

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ЗАБАЙКАЛЬСКОГО КРАЯ

**Государственное профессиональное образовательное учреждение
«Шилкинский многопрофильный лицей»**

Основы безопасности жизнедеятельности

РЕФЕРАТ

УГОЛОВНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

выполнил:

студент группы 987
Иванов В.

Проверил

преподаватель ОБЖ
Александрова Е.В.

2022

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575817

Владелец Шулимова Евгения Рафаильевна

Действителен с 30.03.2022 по 30.03.2023