

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Высоцкая Татьяна Александровна  
Должность: Директор филиала  
Дата подписания: 28.05.2025 12:41:21  
Уникальный программный идентификатор:  
49ad56fe82cf536c4e0b05841d800326647338f0

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Ростовский государственный экономический  
университет (РИНХ)»  
Филиал в г. Миллерово Ростовской области

УТВЕРЖДАЮ  
Директор филиала  
\_\_\_\_\_ Т. А. Высоцкая  
25.03.2025г.

**Рабочая программа дисциплины  
ОУД.10 Основы безопасности жизнедеятельности**

Специальность  
38.02.06  
Финансы

Для набора 2024 года

Форма обучения	очная
Часов по учебному плану	76
в том числе:	
аудиторные занятия	76
самостоятельная работа	0

Миллерово  
2025 г.

### Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		Итого	
	уП	рП	уП	рП		
Неделя	16		22			
Вид занятий	уП	рП	уП	рП	уП	рП
Лекции	16	16	22	22	38	38
Практические	16	16	22	22	38	38
Итого ауд.	32	32	44	44	76	76
Контактная работа	32	32	44	44	76	76
Итого	32	32	44	44	76	76

### ОСНОВАНИЕ

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 38.02.06 Финансы (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 05.02.2018 г. № 65)

Рабочая программа составлена по образовательной программе 38.02.06 Финансы для набора 2024 года

Программа среднего профессионального образования

Учебный план утвержден учёным советом вуза от 25.03.2025г. протокол № 10

Рабочая программа составлена на основе рабочей программы указанной дисциплины, утвержденной в ФЭК ФГБОУ ВО РГЭУ (РИНХ) с учетом условий реализации программы среднего профессионального образования, действующих в Филиале федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования "Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)" в г. Миллерово Ростовской области

Программу составил(и): Преподаватель Ноженков Н.В.; Преподаватель Доля Д.С.; Преподаватель Могилина М.А.

Председатель ЦМК: Болдырева И.В.

Рассмотрено на заседании ЦМК от 25.03.2025г. протокол № 4

<b>1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	
1.1	<p>Целью изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» является формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что полагает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способность применять принципы и правила безопасного поведения в повседневной жизни на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин и механизмов возникновения и развития различных опасных и чрезвычайных ситуаций, готовности к применению необходимых средств и действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного и группового безопасного поведения в интересах благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства;</li> <li>- знание и понимание роли личности, общества и государства в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени</li> </ul>

<b>2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</b>	
Цикл (раздел) ООП:	ОУД
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Для успешного освоения программы студенту необходимо иметь подготовку по курсу "Основы безопасности жизнедеятельности" в объеме основной школы
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Основы безопасности жизнедеятельности

### 3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

<b>3.1 Знать</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;</li> <li>- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;</li> <li>- основы военной службы и обороны государства;</li> <li>- задачи и основные мероприятия гражданской обороны;</li> <li>- способы защиты населения от оружия массового поражения;</li> <li>- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;</li> <li>- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке;</li> <li>- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;</li> <li>- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;</li> <li>- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</li> </ul>
<b>3.2 Уметь</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;</li> <li>- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;</li> <li>- применять первичные средства пожаротушения;</li> <li>- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;</li> <li>- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;</li> <li>- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;</li> <li>- оказывать первую помощь пострадавшим.</li> </ul>
<b>3.3 Владеть</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</li> <li>- навыками использования средств индивидуальной и коллективной защиты;</li> <li>- навыками использования приобретенных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни.</li> </ul>

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)						
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	<b>Раздел 1. Введение в дисциплину</b>					
1.1	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности». Цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения и понятия. /Лек/	1	2		Л1.1 Л2.1	
1.2	Здоровье и здоровый образ жизни. Социальная роль женщины в современном обществе. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Алкоголь, курение, наркомания и их влияние на здоровье человека. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Правовые основы взаимоотношения полов. /Лек/	1	2		Л1.1 Л2.1	
	<b>Раздел 2. Чрезвычайные ситуации</b>					
2.1	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Модели поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций. Чрезвычайные ситуации геологического характера Чрезвычайные ситуации метеорологического характера. Чрезвычайные ситуации гидрологического характера. /Лек/	1	2		Л1.1 Л2.1	
2.2	Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного и природного характера. Чрезвычайные ситуации на транспорте. Природные пожары. Биологические чрезвычайные ситуации. Космические чрезвычайные ситуации /Лек/	1	2		Л1.1 Л2.1	
2.3	Изучение и отработка моделей поведения при чрезвычайных ситуациях гидрологического характера. Чрезвычайные ситуации гидрологического характера. Гидродинамические аварии. /Пр/	1	2		Л1.1 Л2.1	
2.4	Изучение и отработка моделей поведения в условиях природных пожаров и чрезвычайных ситуациях метеорологического характера. Природные пожары. Чрезвычайные ситуации метеорологического характера. /Пр/	1	2		Л1.1 Л2.1	
2.5	Изучение первичных средств пожаротушения. Способами, средствами и правилами тушения пожаров. Устройством и принципами действия первичных средств пожаротушения. /Пр/	1	2		Л1.1 Л2.1	

2.6	Изучение и отработка моделей поведения при чрезвычайных ситуациях на транспорте. Чрезвычайные ситуации на транспорте. Модели поведения в условиях чрезвычайных ситуаций на транспорте. /Пр/	1	2		Л1.1 Л2.1	
2.7	Изучение и оценка чрезвычайных ситуаций на химически опасных объектах (ХОО). Классификация химически опасных веществ. Аварии на химически опасных объектах. /Пр/	1	2		Л1.1 Л2.1	
2.8	Характеристика чрезвычайных ситуаций экологического и социального характера. Чрезвычайные ситуации экологического характера. Войны. Терроризм. Криминализация общества. Болезни. /Лек/	1	2		Л1.1 Л2.1	
2.9	Изучение методов и средств дозиметрического контроля радиоактивного заражения и облучения. Методы обнаружения и измерения ионизирующих излучений. Основные характеристики дозиметрических приборов контроля радиоактивного заражения объектов окружающей среды, порядок измерений. Методы расчета защиты от гаммаизлучения. /Пр/	1	2		Л1.1 Л2.1	
	<b>Раздел 3. Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях</b>					
3.1	Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях Гражданская оборона. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций. /Лек/	1	2		Л1.1 Л2.1	
	<b>Раздел 4. Инженерная защита.</b>					
4.1	Инженерная защита. Виды защитных сооружений и правила поведения в них Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций Правила безопасного поведения при угрозе-террористического акта и при захвате в заложники. /Лек/	1	2		Л1.1 Л2.1	
	<b>Раздел 5. Основы медицинских знаний.</b>					

5.1	Основы медицинских знаний. Общие правила оказания первой помощи Первая помощь при травмах различных областей тела. /Лек/	1	2		Л1.1 Л2.1	
5.2	Первая доврачебная помощь. Первая помощь при наружных кровотечениях Первая помощь при ожогах Первая помощь при воздействии высоких и низких температур. Первая помощь при отравлениях /Пр/	1	2		Л1.1 Л2.1	
5.3	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка Инфекции, передаваемые половым путем Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем. /Пр	1	2		Л1.1 Л2.1	
	<b>Раздел 6. Начальная военная подготовка</b>					
6.1	История создания Вооруженных сил Российской Федерации. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации. Организационная структура Вооруженных сил Российской Федерации. /Лек/	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.2	Основные понятия о воинской обязанности. Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба. /Лек/	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.3	Боевые традиции Вооруженных сил Российской Федерации. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества. Как стать офицером российской армии. Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации. Символы воинской чести. /Лек/	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.4	Права, обязанности и ответственность военнослужащих. Права и обязанности военнослужащих. Взаимоотношения между военнослужащими. /Лек/	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.5	Внутренний порядок. Размещение военнослужащих. Распределение времени и внутренний порядок в повседневной деятельности военнослужащих. /Лек/	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.6	Суточный наряд Порядок назначения нарядов по службе. Дежурный по роте. Дневальный по роте Пожарный наряд. /Лек/	2	2		Л1.1 Л2.1	

6.7	Охрана здоровья военнослужащих. Закаливание военнослужащих, занятия физической подготовкой и спортом. Медицинское обеспечение военнослужащих. Санитарно-противоэпидемические (профилактические) мероприятия. Оказание медицинской помощи. Банно-прачечное обслуживание. /Лек/	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.8	Воинская дисциплина. Поощрения военнослужащих. Дисциплинарная ответственность военнослужащих. Дисциплинарные взыскания. Порядок применения дисциплинарных взысканий. Обращения (предложения, заявления Или жалобах). /Лек/	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.9	Гарнизонная и караульная служба в вооруженных силах Российской Федерации. Организация и несение гарнизонной службы. Организация и несение караульной службы. Права и обязанности лиц караула. Развод и смена караулов. Отдание воинских почестей. /Лек/	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.10	Огневая подготовка. Сведения из баллистики. Рассеивание пуль при стрельбе. Прицеливание. /Пр/	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.11	Материальная часть стрелкового оружия. Состав и назначение частей и механизмов автомата Калашникова АК- 74. Разборка и сборка автомата Калашникова АК-74 /Пр/	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.12	Приемы и правила стрельбы из автомата Калашникова АК-74. Изготовка для стрельбы лежа. Изготовка для стрельбы стоя. Изготовка для стрельбы с колена. Изготовка для стрельбы из-за укрытия. /Пр/	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.13	Ручные гранаты. Назначение, боевые свойства и устройство ручной осколочной гранаты. Приемы и правила метания ручных осколочных гранат. /Пр/	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.14	Выполнение учебных стрельб из стрелкового оружия. Стрельба в электронном тире. Стрельба по неподвижной цели днем из пневматической винтовки. /Пр/	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.15	Радиационная химическая и биологическая защита. Виды оружия массового поражения. Поражающие факторы ядерного оружия. Поражающие факторы химического оружия. Поражающие факторы биологического оружия. Поражающие факторы зажигательного оружия. /Лек/	2	2		Л1.1 Л2.1	

6.16	Средства индивидуальной защиты. Средства индивидуальной защиты органов дыхания. Средства индивидуальной защиты органов зрения. Средства индивидуальной защиты кожи. /Пр/	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.17	Объекты и средства коллективной защиты. Назначение объектов коллективной защиты, общие требования к их оборудованию. Средства радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля. Средства специальной и санитарной обработки личного состава и вооружения. /Лек/	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.18	Строевая подготовка. Строи и управление ими. Строевые приемы и движение без оружия. /Пр/	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.19	Строевая подготовка. Движение строевым шагом. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении. /Пр/	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.20	Строевая подготовка. Повороты в движении. Строи отделения, взвода. /Пр/	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.21	Способы и приемы передвижения личного состава подразделений в бою при действиях в пешем порядке. Положение государственного флага Российской Федерации и боевого знамени воинской части. /Пр	2	2		Л1.1 Л2.1	
6.22	Дифференцированный зачет /Пр/	2	2		Л1.1 Л2.1	

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

1. Брак и семья, основные понятия. Условия и порядок заключения брака.
2. История создания Вооруженных Сил РФ, ее связь с историей и становлением Российского государства.
3. Семейное законодательство Российской Федерации. Личные права и обязанности супругов.
4. Организационная структура Вооруженных Сил РФ. Виды Вооруженных Сил, рода войск.
5. Инфекции, передаваемые половым путем, причины, способствующие заражению, меры профилактики.
6. Роль и место Вооруженных Сил РФ в системе обеспечения национальной безопасности страны.
7. ВИЧ-инфекция и СПИД, основные понятия, способ распространения, меры профилактики ВИЧ-инфекции.
8. Какие качества российского гражданина характеризуют его как защитника Отечества?
9. Семья в современном обществе. Функции семьи. Влияние семейных отношений на здоровье человека.
10. Дни воинской славы (победные дни) России — память поколений о ратных подвигах защитников Отечества.
11. Нравственность и формирование правильного взаимоотношения полов как составляющие здорового образа жизни.
12. Какое значение имеет дружба и войсковое товарищество для боевой готовности и боеспособности подразделений Вооруженных Сил РФ?
13. Наркомания и токсикомания, общие понятия. Последствия употребления наркотиков для здоровья человека. Меры профилактики наркозависимости.
14. История государственных наград за военные отличия в России. Ордена Российской Федерации.
15. Курение и его влияние на здоровье человека. Табачный дым, его составные части, влияние табачного дыма на окружающих (пассивное курение).
16. Статус военнослужащего, его права и свободы.
17. Необходимые знания, умения и навыки, повышающие безопасность человека при автономном существовании в природных условиях.

18. Конституция РФ и другие законы, определяющие правовую основу военной службы.
19. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Меры, принимаемые по защите населения от их последствий.
20. Военная служба по призыву и ее особенности.
21. Правила поведения человека в повседневной жизни, помогающие ему избежать криминальных ситуаций.
22. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке их на воинский учет.
23. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемые несовершеннолетним.
24. Обязательная подготовка граждан к военной службе, основное ее содержание и предназначение.
25. Организация оповещения и информации населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях.
26. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету.
27. История создания гражданской обороны, ее предназначение и основные задачи по защите населения.
28. Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета.
29. Современные средства поражения, их краткая характеристика, поражающие факторы.
30. Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил РФ. Военная форма одежды.
31. Защитные сооружения гражданской обороны, их предназначение. Правила поведения в защитных сооружениях.
32. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.
33. Средства индивидуальной защиты населения, их предназначение.
34. Организация призыва на военную службу. Основание и порядок предоставления отсрочки и освобождения от военной службы.
35. Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций.
36. Военная присяга — основной закон воинской жизни. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге.
37. Наиболее распространенные инфекционные болезни, причины их возникновения, меры профилактики инфекций.
38. Военные аспекты международного гуманитарного права.
39. Связь образа жизни с профилактикой заболеваний. Значение соблюдения правил личной и общественной гигиены для здоровья человека.
40. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ — закон воинской жизни.
41. Основные понятия здоровья человека. Здоровье и благополучие человека.
42. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву.
43. Здоровый образ жизни как система индивидуального поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья.
44. Основные виды воинской деятельности.
45. Основные элементы жизнедеятельности человека. Значение режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его духовных и физических качеств.
46. Общие требования воинской деятельности к уровню подготовки призывников.
47. Двигательная активность и ее значение для здоровья человека.
48. Воинская дисциплина и ее значение в современных условиях.
49. Закаливание организма, его значение для укрепления здоровья человека. Использование факторов окружающей природной среды для закаливания.
50. Основные положения по приему гражданской молодежи в военные образовательные учреждения профессионального образования.

*Критерии оценивания:*

- 5 баллов выставляется студентам за полный и правильный ответ на все вопросы билета с логическим обоснованием аргументов, в ответе нет ошибок.
- 4 балла выставляется студентам, если вопросы билета раскрыты полностью, но обоснования доказательства недостаточны, при этом допущены две-три несущественные ошибки, исправленные по требованию преподавателя.
- 3 балла ставится студентам за правильный ответ на вопросы билета, при этом допущено более одной ошибки по изложению фактов или более двух-трех недочетов в ответе.
- 2 балла ставится студентам, если допущены существенные ошибки, показавшие, что обучающийся не обладает обязательными умениями по данной теме в полной мере.

**5.2. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля**

Представлен в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины

<b>6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>				
<b>6.1. Рекомендуемая литература</b>				
<b>6.1.1. Основная литература</b>				
	Авторы,	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.1	Беляков Г. И.	Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях: учебник для среднего профессионального образования	М.:Юрайт. 2022	<a href="https://urait.ru/bcode/491016/">https://urait.ru/bcode/491016/</a> - неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
<b>6.1.2. Дополнительная литература</b>				
	Авторы,	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1	Каракеян В. И., Никулина И. М.	Организация безопасности в чрезвычайных ситуациях: учебное пособие для среднего профессионального образования	М.:Юрайт. 2022	<a href="https://urait.ru/bcode/490062/">https://urait.ru/bcode/490062/</a> - неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей

<b>6.2 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"</b>	
<b>6.3. Перечень программного обеспечения</b>	
6.3.1	LibreOffice
<b>6.4 Перечень информационных справочных систем</b>	
6.4.1	ИСС «КонсультантПлюс»
6.4.2	ИСС «Гарант»

<b>7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>	
7.1	Помещения для проведения всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения

<b>8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>	
Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины	

## ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### ОУД.10 Основы безопасности жизнедеятельности

#### 1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

##### 1.1 Показатели и критерии оценивания компетенций:

УУД, составляющие компетенцию	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Средства оценивания
<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики,</li> <li>прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;</li> <li>- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту,</li> <li>принципы снижения вероятности их реализации;</li> <li>- основы военной службы и обороны государства;</li> <li>- задачи и основные мероприятия гражданской обороны;</li> <li>- способы защиты населения от оружия массового поражения;</li> <li>- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;</li> <li>- организацию и порядок</li> </ul>	<p><b>Сформировавшиеся систематические знания</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципов обеспечения устойчивости объектов экономики,</li> <li>прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;</li> <li>- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту,</li> <li>принципы снижения вероятности их реализации;</li> <li>- основы военной службы и обороны государства;</li> <li>- задачи и основные мероприятия</li> </ul>	<p><b>Уровень знания об</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципах обеспечения устойчивости объектов экономики,</li> <li>прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;</li> <li>- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту,</li> <li>принципы снижения вероятности их реализации;</li> <li>- основы военной службы и обороны государства;</li> <li>- задачи и основные мероприятия гражданской</li> </ul>	<p>Т (1-30), Д (1-74), ПЗ (1-12)</p>

<p>призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;</li> <li>- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;</li> <li>- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</li> </ul>	<p>гражданской обороны;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способы защиты населения от оружия массового поражения;</li> <li>- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;</li> <li>- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке;</li> <li>- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;</li> <li>- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;</li> <li>- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</li> </ul>	<p>обороны;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способы защиты населения от оружия массового поражения;</li> <li>- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;</li> <li>- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке;</li> <li>- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;</li> <li>- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;</li> <li>- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</li> </ul>	
---	---	---	--

<b>Уметь:</b>	<b>Сформировавшиеся систематические умения</b>	<b>Уровень знания об</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;</li> <li>- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;</li> <li>- применять первичные средства пожаротушения;</li> <li>- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;</li> <li>- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;</li> <li>- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;</li> <li>- оказывать первую помощь пострадавшим.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;</li> <li>- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;</li> <li>- применять первичные средства пожаротушения;</li> <li>- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;</li> <li>- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;</li> <li>- владеть способами</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- организации и проведении мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;</li> <li>- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;</li> <li>- применять первичные средства пожаротушения;</li> <li>- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;</li> <li>- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;</li> <li>- владеть способами общения и</li> </ul>

	бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы; - оказывать первую помощь пострадавшим.	саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы; - оказывать первую помощь пострадавшим.	
<b>Владеть:</b> - способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; - навыками использования средств индивидуальной и коллективной защиты; - навыками использования приобретенных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни.	<b>Сформировавшиеся систематические владения</b> - способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; - навыками использования средств индивидуальной и коллективной защиты; - навыками использования приобретенных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни.	<b>Уровень владений:</b> - способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; - навыками использования средств индивидуальной и коллективной защиты; - навыками использования приобретенных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни.	Т (1-30), Д (1-74), ПЗ (1-12)

*Т-тестовые задания, Д-доклады, ПЗ – практические задания*

**2 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

### Практические задания

#### Задание № 1.

Дать письменные ответы на вопросы:

- понятие чрезвычайной ситуации
- виды чрезвычайных ситуаций по масштабу их распространения
- силы, привлекаемые для ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

#### Задание № 2.

Письменно ответьте на вопросы:

- классы чрезвычайных ситуаций (деление по природе происхождения), их существенные различия.

- укажите примеры таких ситуаций.
- назовите сферы, где могут проходить эти стихийные бедствия.

### **Задание № 3.**

Письменно ответьте на вопросы:

- определение урагана, бури - их возможные последствия
- определение лесного пожара, возможные его последствия
- определение паводка, способы защиты от него
- определение извержения вулкана, чем оно опасно для промышленного и сельскохозяйственного производства и инфраструктуры города (села)
- причины возникновения цунами, поражающие факторы, последствия.

### **Задание № 4.**

Письменно ответьте на вопросы:

- действия населения при получении сообщения штаба ГО об опасной ситуации
- порядок действий населения при следующих стихийных бедствиях.

### **Задание № 5.**

Дайте письменные ответы на следующие вопросы:

- порядок действий при приближении грозы и при самой грозе

### **Контрольные вопросы.**

1. Дайте определение стихийного бедствия. Назовите классы чрезвычайных ситуаций.
2. Перечислите сферы, в которых могут произойти стихийные бедствия. От каких видов стихийных бедствий больше всего страдают люди?
3. Дайте характеристику смерча.
4. Чем опасен пожар на торфоразработках? Чем отличается половодье от наводнения?
5. Порядок действия властей и населения при извержении вулкана. Что такое гроза?

### **Задание № 6:**

1. Ознакомится с видами горения и видами огнегасящих веществ. Законспектировать в тетрадь.
2. Ознакомится со свойствами огнегасящих веществ. Законспектировать в тетрадь.
3. Ознакомится с устройством огнетушителей. Зарисовать схему в тетрадь.
4. Отчет о работе оформить в виде ответов на контрольные вопросы.

**Задание № 7.** Опишите модели поведения в ЧС на транспорте в заданных кейс-ситуациях

### **Справка: АВАРИИ НА ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОМ ТРАНСПОРТЕ**

Основными причинами аварий и катастроф на железнодорожном транспорте являются неисправности пути, подвижного состава, средств сигнализации, централизации и блокировки, ошибки диспетчеров, невнимательность.

Чаще всего происходит сход подвижного состава с рельсов, столкновения, наезды на препятствия на переездах, пожары и взрывы непосредственно в вагонах. При крушении или экстренном торможении закрепитесь, чтобы не упасть. Для этого схватитесь за поручни и упритесь в стену или сиденье ногами. Безопаснее всего опуститься на пол вагона. После первого удара не расслабляйтесь и держите все мышцы напряженными до тех пор, пока не станет окончательно ясно, что движения больше не будет.

**Кейс-ситуация 1.** Произошло резкое торможение поезда, что необходимо делать?

**Задание № 8.** Опишите Ваши действия при автомобильной аварии.

## **Справка: АВАРИИ НА АВТОМОБИЛЬНОМ ТРАНСПОРТЕ**

Около 75% всех аварий на автомобильном транспорте происходит из-за нарушения водителями правил дорожного движения. Наиболее опасными видами нарушений по-прежнему остаются превышение скорости, игнорирование дорожных знаков, выезд на полосу встречного движения и управление автомобилем в нетрезвом состоянии. Очень часто приводят к авариям плохие дороги (главным образом скользкие), неисправность машин (на первом месте – тормоза, на втором – рулевое управление, на третьем – колеса и шины).

Сохраняйте самообладание – это позволит управлять машиной до последней возможности. До предела напрягите все мышцы, не расслабляйтесь до полной остановки. Сделайте все, чтобы уйти от встречного удара: кювет, забор, кустарник, даже дерево лучше идущего на Вас автомобиля. Помните о том, что при столкновении с неподвижным предметом удар левым или правым крылом хуже, чем всем бампером. При неизбежности удара защитите голову. Если автомашина идет на малой скорости, вдавитесь в сиденье спиной, и, напрягая все мышцы, упритесь руками в рулевое колесо. Если же скорость превышает 60 км/ч и Вы не пристегнуты ремнем безопасности, прижмитесь грудью к рулевой колонке.

**Кейс-ситуация 2.** Разберитесь ситуацию представьте алгоритм действий.

Учебное учреждение организовало вело-кросс среди обучающихся. На одном из отрезков трассы участникам пришлось выезжать на проезжую часть. Один из водителей проигнорировал ограждения трассы и выехал на проезжую часть, в следствие чего допустил наезд на велогонщика. Кто прав в данной ситуации? Какие правила ПДД были нарушены?

**Задание № 9.** Опишите Ваши действия при аварии на водном транспорте.

## **Справка: АВАРИИ НА ВОДНОМ ТРАНСПОРТЕ**

Большинство крупных аварий и катастроф на судах происходит под воздействием ураганов, штормов, туманов, льдов, а также по вине людей – капитанов, лоцманов и членов экипажа. Зачастую аварии происходят из-за промахов и ошибок при проектировании и строительстве судов.

### **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ ВЫСАДКЕ С СУДНА?**

Помните, что решение об оставлении судна принимает только капитан. При высадке с судна выполняйте указания членов экипажа и соблюдайте следующие правила:

- в первую очередь в шлюпках предоставляются места женщинам, детям, раненым и старикам;
- перед посадкой в шлюпку или на спасательный плот наденьте на себя побольше одежды, а сверху – спасательный жилет. Если есть возможность, погрузите в шлюпку одеяла, дополнительную одежду, аварийное радио, питьевую воду и еду;
- если Вы вынуждены прыгать с борта корабля в воду, то желательно с высоты не более пяти метров, закрыв рот и нос одной рукой, второй крепко держась за жилет;
- так как в воде с каждым движением увеличиваются потери тепла, плывите только к спасательному средству;
- после погрузки на спасательное средство необходимо отплыть на безопасное расстояние от тонущего судна (не менее 100 м).

**Кейс-ситуация 3.** Корабль начал тонуть, что нужно делать?

**Кейс-ситуация 4.** Если Вы оказались за бортом корабля, вода холодная, что необходимо делать?

**Задание № 10.** Изучение основных положений организации рационального питания и методов его гигиенической оценки.

- а) Оцените свой суточный рацион с точки зрения рационального питания.
- б) Определить оптимальный вес по формуле в зависимости от возраста.

$$\text{Масса тела} = 50 + 0,75 (P - 150) + (B - 20) : 4$$

P – рост; B - возраст в годах.

(Сделать выводы).

**Задание № 11.** Изучение физиологических норм питания для различных групп населения.

а) Используя таблицы выписать нормы физиологических потребностей в белках, жирах, углеводах, минеральных веществах и витаминах в зависимости от возраста и пола.

Возраст	Энергия, ккал	Белки, г/сут		Жиры, г/сут		Углеводы, г/сут
		всего	в т.ч. животные	всего	в т.ч. растительные	
1—3 года	1540	53	37	53	5	212
4—6 лет	1970	68	44	68	10	272
7—10 лет	2300	79	47	79	16	315
11—13 лет	2700 (2450)*	93 (85)	56 (51)	93 (85)	19 (17)	370 (340)
14—17 лет	2900 (2600)	100 (90)	60 (54)	100 (90)	20 (18)	400 (360)
60—74 года	2300 (2100)	69 (63)	38 (35)	77 (70)	26 (23)	333 (305)
75 лет и старше	2000 (1900)	60 (57)	33 (31)	67 (63)	23 (21)	290 (275)

\*В скобках приведены величины, рекомендуемые для женщин.

**Задание № 12.** Освоение методики расчета суточного расхода энергии с учетом данных хронометража различных видов работы в течение рабочего дня.

а) Используя таблицу определить свой суточный расход энергии.

(Сделать выводы).

Таблица 2

Расход энергии с учетом основного обмена при различных видах деятельности на 1 кг веса в 1 мин, ккал

Бег со скоростью 320 м/мин	0,320	Личная гигиена	0,0329
Бег со скоростью 10,8 км/час	0,178	Передвижение по пересеченной местности	0,2086
Бег со скоростью 8 км/час	0,1357	Переодевание, переобувание	0,0281
Бокс: удары по мешку	0,2014	Печатание на машинке	0,0333
Бокс: бой с тенью	0,1733	Работа каменщика	0,0952
Бокс: упражнения с пневмогрушей	0,1125	Работа комбайнера	0,0390
Бокс: упражнения со скалкой	0,1033	Работа огородника	0,0806
Борьба	0,1866	Работа переплетчика	0,0405
Велосипедная езда (10-20 км/час)	0,1285	Работа портного	0,0321
Гимнастика:вольные упражнения	0,0845	Работа сапожника	0,0429
Гимнастика (спортивные снаряды)	0,1380	Работа сельхозработного	0,1100
Гребля	0,1100	Работа столяра, металлиста	0,0571
Катание на коньках	0,1071	Работа тракториста	0,0320
Лыжные виды: учебные занятия	0,1707	Работа хозяйственно-бытовая	0,0573
Лыжные виды: подготовка лыж	0,0546	Сон	0,0155
Плавание (скорость 50 м/мин)	0,1700	Стирка вручную	0,0511
Фехтование	0,1333	Уборка постели	0,0329
Ходьба 8 км/час	0,1548	Умственный труд сидя	0,0250
Ходьба 6 км/час	0,0714	Умственный труд стоя	0,0360
Ходьба 110 шагов в минуту	0,0680	Физические упражнения	0,0645
Еда	0,0236	Шитье на ручной машине	0,0264
Езда в машине сидя	0,0267	Школьные занятия	0,0264

1. Внести в таблицу в порядке очередности виды деятельности, осуществленной в течение предыдущих суток, начиная с утра (таблица 1, столбец 1).
2. Указать временной интервал выполнения каждого вида работы (таблица 1, столбец 2).
3. Рассчитать продолжительность выполнения каждого вида работы (таблица 1, столбец 3).

4. Расход энергии на 1 кг веса за 1 мин (4 колонка таблицы 1) определить по данным таблиц 2 и 3 в соответствии с видом деятельности.

5. Умножить суммарную цифру энергозатрат (5 колонка таблицы 1) на массу тела, таким образом, получив суточный расход энергии.

6. С учетом существования неточностей в расчетном методе к полученной цифре следует добавить 15 % (неучтенные энергозатраты) от суточного расхода. Для этого значение, полученное в п. 5, необходимо умножить на 0,15, а затем суммировать значение суточного расхода энергии и неучтенные энергозатраты.

7. Внесите данные в таблицу итогового протокола занятия.

8. Таблица 1 – Определение суточных энергозатрат

Виды деятельности за сутки	Время от...до	Время деятельности в мин	Расход энергии на 1 кг за 1 мин	Энергорасход за время деятельности
Зарядка	7.10-7.30	20 мин	0,0648	$0,0648 \times 20 = 0,1296$
...				
Сон	23.00-7.00	480 мин	0,0155	$0,0155 \times 480 = 7,44$
Итого:		х		х

#### **Критерии оценивания:**

5 баллов выставляется студенту, если выполнены все требования к ответу, обозначены проблема и обоснована их актуальность, содержание вопросов раскрыто полностью, логично изложена собственная позиция, даны правильные ответы на дополнительные вопросы; выполняет правильные, уверенные действия по применению полученных знаний на практике.

4 балла выставляется студенту, если выполнены основные требования к ответу, но при этом допущены недочеты. В частности, имеются неточности в изложении материала, отсутствует логическая последовательность в суждениях, на дополнительные вопросы даны не полные ответы; выполняет правильные действия по применению знаний при решении практического задания.

3 балла выставляется студенту, если существенные отступления от требований к ответу. В частности, вопросы билета освещены лишь частично, допущены фактические ошибки при изложении ответа или при ответе на дополнительные вопросы; показывает в целом правильные действия по применению знаний при решении практического задания.

2 балла выставляется студенту, если обнаруживается существенное непонимание предмета курса; не показывает способности применять знания при решении практического задания.

#### **Тестовые задания:**

1. Какому понятию соответствует определение – «Состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз»:

- А) Безопасность;
- Б) Жизненно важные интересы;
- В) Угроза безопасности.

2. Какому понятию соответствует определение – «Совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства»:

- А) Безопасность;
- Б) Жизненно важные интересы;
- В) Угроза безопасности.

3. Крайне необычная по сложности опасная ситуация, на грани несчастного случая это:

- А) Опасность;
- Б) Опасное явление;
- В) Экстремальная ситуация.

4. Явление, приводящее к формированию вредных или поражающих факторов для населения, объектов техносферы и окружающей природной среды это:

- А) Опасность;
- Б) Опасное явление;
- В) Опасная ситуация.

5. Опасное техногенное явление, происходящее по конструктивным, производственным, технологическим или эксплуатационным причинам, при котором происходят повреждения и разрушения машин, механизмов, транспортных средств, зданий и сооружений, но без гибели людей это:

- А) Авария;
- Б) Катастрофа;
- В) Чрезвычайная ситуация.

6. Катастрофическое природное явление и процессы, приводящие к нарушению повседневного уклада жизни значительных групп людей, уничтожению материальных ценностей, нередко к человеческим жертвам это:

- А) Авария;
- Б) Катастрофа;
- В) Стихийное бедствие.

7. Какие ситуации относятся к чрезвычайным ситуациям техногенного характера?

- А) Терроризм;
- Б) Пожары;
- В) Землетрясение;
- Г) Наркомания;
- Д) Взрывы;
- Е) Лесные пожары.

8. Какие ситуации относятся к чрезвычайным ситуациям социального характера?

- А) Терроризм;
- Б) Пожары;
- В) Землетрясение;
- Г) Наркомания;
- Д) Взрывы;
- Е) Лесные пожары.

9. К стихийным бедствиям не относятся:

- А) Аварии;
- Б) Сели;
- В) Оползни;

- Г) Снежные лавины;
- Д) Терроризм;
- Е) Эпизоотии.

10. Система постоянного наблюдения за явлениями, процессами, происходящими в природе и техносфере, для предвидения нарастающих угроз для человека и среды его обитания – это:

- А) Мониторинг;
- Б) Прогнозирование чрезвычайных ситуаций;
- В) Неотложные работы при ликвидации чрезвычайных ситуаций.

11. Вывод из зоны чрезвычайной ситуации нетрудоспособного населения, детей дошкольного возраста, обучающихся школ, лицеев, колледжей и т. п. – это:

- А) Общая эвакуация;
- Б) Частичная эвакуация;
- В) Рассредоточение.

12. Что нужно сделать в первую очередь при нахождении в местах массового скопления людей, чтобы при возникновении чрезвычайной ситуации не попасть в толпу?

- А) Изучать правила безопасного поведения;
- Б) Приготовить мобильный телефон;
- В) Заранее наметить пути возможного отхода.

13. Что нужно сделать, обнаружив предмет, похожий на взрывное устройство?

- А) Позвать друзей и развернуть вместе;
- Б) Не трогать его, предупредить окружающих, сообщить о находке в полицию или любому должностному лицу;
- В) Ничего не предпринимать.

14. При захвате террористами общественного здания, в котором вы находились вместе с другими гражданами, необходимо соблюдать нижеперечисленные правила безопасного поведения. Какое из них является ошибочным?

- А) Не пытайтесь самостоятельно обезвредить террористов, не вступайте с ними в споры, выполняйте все их требования;
- Б) Если освобождают часть заложников, детей и больных, старайтесь попасть в их число;
- В) Воспользуйтесь мобильным телефоном, чтобы сообщить о своем местонахождении.

15. Главная опасность толпы в условиях ЧС

- А) Паника, чреватая разрушениями;
- Б) Паника, чреватая давкой и травмами людей;
- В) Воровство.

16. Какому понятию соответствует определение – «Повседневная деятельность и отдых, способ существования человека»:

- А) Безопасность;
- Б) Угроза безопасности; В) Жизнедеятельность.

17. Какому понятию соответствует определение – «Совокупность условий и факторов, создающих опасность жизненно важным интересам личности, общества и государства»:

- А) Безопасность;
- Б) Угроза безопасности;

В) Жизнедеятельность.

18. Стечение обстоятельств, которые при определенном развитии событий могут привести к несчастью это:

- А) Опасность;
- Б) Опасная ситуация;
- В) Экстремальная ситуация.

19. Событие с трагическими последствиями. Непредвиденная и неожиданная ситуация, возникшая в результате природных явлений или деятельности человека и несущая угрозу для его жизни, следствием которой стала гибель одного человека или большой группы это:

- А) Авария;
- Б) Катастрофа;
- В) Чрезвычайная ситуация.

20. Свойство окружающей человека среды, состоящее в возможности при конкретных условиях создания негативных воздействий, способных привести к отрицательным последствиям для жизнедеятельности человека и определенному ущербу окружающей его среды это:

- А) Опасность;
- Б) Опасная ситуация;
- В) Экстремальная ситуация.

21. Обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей и нарушение условий жизнедеятельности людей это:

- А) Авария;
- Б) Стихийное бедствие;
- В) Чрезвычайная ситуация.

22. Какие ситуации относятся к чрезвычайным ситуациям социального характера?

- А) Терроризм;
- Б) Пожары;
- В) Землетрясение;
- Г) Наркомания;
- Д) Взрывы;
- Е) Лесные пожары.

23. Какие ситуации относятся к чрезвычайным ситуациям природного характера?

- А) Терроризм;
- Б) Пожары;
- В) Землетрясение;
- Г) Наркомания;
- Д) Взрывы;
- Е) Лесные пожары.

24. К стихийным бедствиям не относятся:

- А) Наводнения;
- Б) Землетрясения;
- В) Аварии;

- Г) Сели;
- Д) Наркомания;
- Е) Эпидемии.

25. Опережающее отражение вероятности возникновения и развития чрезвычайной ситуации на основе анализа причин её возникновения, её источника в прошлом и настоящем – это:

- А) Мониторинг;
- Б) Прогнозирование чрезвычайных ситуаций;
- В) Неотложные работы при ликвидации чрезвычайных ситуаций.

26. Комплекс мероприятий по организованному вывозу (выводу) из категорированных городов и размещению в загородной зоне для проживания и отдыха персонала объектов экономики, производственная деятельность которых в военное время будет продолжаться в этих городах – это:

- А) Общая эвакуация;
- Б) Частичная эвакуация;
- В) Рассредоточение.

27. Что нельзя делать, если вы оказались заложником в транспорте?

- А) Беспрекословно выполнять требования террористов;
- Б) Искать при выходе затерявшуюся сумку;
- В) При штурме лечь на пол.

28. Опасное время – это время значительного повышения риска для личной безопасности. Из приведенных примеров определите наиболее опасное время.

- А) Темнота, опускающаяся на центр города, где люди непринужденно прогуливаются и отдыхают;
- Б) Сумерки, заставшие человека одного в лесопарке;
- В) Раннее утро в заполненной людьми пригородной электричке.

29. Вам кажется, что кто-то идет за вами «по пятам». Как вы поступите?

- А) Забегу в подъезд жилого дома и буду стучать в любую дверь;
- Б) Пережду несколько раз улицу и проверю свою догадку; убедившись в своей правоте, побегу в людное место;
- В) Остановлюсь и выясню причину преследования.

30. Что вы станете делать при штурме здания группой захвата?

- А) Попытаюсь помочь группе захвата;
- Б) Лягу на пол и не стану подниматься до конца операции;
- В) Перебегу в другое помещение.

### **Инструкция по выполнению.**

При выполнении тестовых заданий обучающийся должен выбрать один или несколько верных ответов из предложенных вариантов.

### **Критерии оценивания:**

- 5 баллов выставляется, если правильные ответы даны на 85- 100% вопросов
- 4 балла выставляется студенту, если правильные ответы даны на 65-84% вопросов
- 3 балла выставляется студенту, если правильные ответы даны на 51-64% вопросов
- 2 балла выставляется студенту, если правильные ответы даны на менее 50% тестовых заданий.

**Темы докладов**  
**по дисциплине «Основы безопасности и защиты Родины»:**

1. Основные понятия и значение пожарной безопасности
2. Инфекционные болезни, отравления
3. Курение, способы бросить курить
4. Чрезвычайные ситуации, угрожающие безопасности окружающей среды
5. СПИД — предупредить, предотвратить
6. Военная служба ее специфика.
7. Здоровый образ жизни залог счастливого будущего
8. Техника безопасности при работе на предприятии
9. Основные способы защиты населения и территорий от последствий ЧС
10. Окружающая среда и человек
11. Защита человека в чрезвычайных ситуациях (ЧС)
12. Основы поведения учащихся в ЧС
13. ЧС техногенного и природного характера.
14. Проведение мероприятий по эвакуации в ЧС
15. Противопожарные мероприятия
16. Радиационная опасность
17. Техногенные катастрофы
18. Эпидемия гриппа, защита от вирусов
19. Химическая тревога
20. Вредные факторы, влияющие на здоровье
21. Влияние алкоголя на нервную систему
22. Поражение радиацией
23. Генетические последствия облучения
24. Разумное чередование труда и отдыха
25. Рациональное питание
26. Организация и планирование эвакуации
27. Защита рабочих от шума
28. Требования к искусственному освещению
29. Управления в чрезвычайных ситуациях
30. Психологические аспекты деятельности в чрезвычайных ситуациях
31. Средства и способы тушения пожара
32. Система противопожарной защиты
33. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
34. Взаимодействие человека и среды обитания.
35. Духовность и здоровье семьи.
36. Здоровая мать – здоровый ребенок.
37. Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.
38. здоровья.
39. Здоровье родителей — здоровье ребенка.
40. Из школы моего здоровья.
41. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
42. Как стать долгожителем?
43. Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
44. Косметика и здоровье.
45. Космические опасности: мифы и реальность.
46. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
47. населения от чрезвычайных ситуаций.
48. Наркотики и их пагубное воздействие на организм.

49. Оказание первой помощи при бытовых травмах.
50. Оповещение и информирование населения об опасности.
51. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
52. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
53. Охрана окружающей среды в России. Современные проблемы и пути их решения.
54. Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
55. Оценка экологической ситуации нашего края. Пути сохранения и восстановления окружающей среды на примере нашего края.
56. От здоровой школы к здоровой семье.
57. Особенности альтернативной военной службы.
58. Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
59. Политика государства по поддержке семьи.
60. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
61. Профилактика инфекционных заболеваний.
62. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
63. Роль физической культуры в сохранении здоровья.
64. Современные средства поражения и их поражающие факторы.
65. СПИД — чума XXI века.
66. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
67. Табакокурение и его влияние на здоровье.
68. Терроризм как основная социальная опасность современности.
69. Уровень физической подготовки современного выпускника школы.
70. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
71. Формирование здорового образа жизни с пеленок.
72. Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
73. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
74. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.

### **Критерии оценивания:**

#### **5 баллов:**

- наличие четкого плана доклада;
- раскрытие в докладе сути проблемы;
- самостоятельность в подборе фактического материала и аналитического отношения к нему;
- свободное изложение материала и четкие ответы на поставленные вопросы.

#### **4 балла:**

- умение изложить сжато основные положения доклада;
- раскрытие в докладе сути проблемы;
- самостоятельность в подборе фактического материала и аналитического отношения к нему;
- свободное изложение материала и ответы на поставленные вопросы с несущественными, но быстро исправленными докладчиком ошибками.

#### **3 балла:**

- содержательное выступление, но докладчик затруднялся сжато изложить основные положения доклада;
- демонстрация обучающимися недостаточно полных знаний по теме доклада, отсутствие аргументации;

- не структурированное изложение материала доклада, при ответе на вопросы допускает ошибки.

**2 балла** выставляется в том случае, когда поднятая проблема раскрыта недостаточно полно, не всегда правильно выделяется главное, беден фактический материал, мало использовано дополнительной литературы. Или при отсутствии доклада.

### **3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Процедура оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций состоит из текущего контроля.

**Текущий контроль** успеваемости проводится с использованием оценочных средств, представленных в п. 2 данного приложения. Результаты текущего контроля доводятся до сведения студентов до промежуточной аттестации и учитываются при оценивании знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности.

## МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### ОУД.10 Основы безопасности жизнедеятельности

Методические указания для студентов по освоению дисциплины являются частью рабочей программы дисциплины (приложением к рабочей программе).

Рабочая программа дисциплины утверждается директором филиала для изучения дисциплины. Определяет цели и задачи дисциплины, формируемые в ходе ее изучения компетенции и их компоненты, содержание изучаемого материала, виды занятий и объем выделяемого учебного времени, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины.

Для подготовки к текущему контролю студенты могут воспользоваться оценочными средствами, представленными в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины.

#### 1. Описание последовательности действий студента

Приступая к изучению дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» необходимо в первую очередь ознакомиться содержанием рабочей программы дисциплины, где в разделе «Структура и содержание дисциплины (модуля)» приведено общее распределение часов аудиторных занятий и самостоятельной работы по темам дисциплины и видам занятий.

Залогом успешного освоения дисциплины является посещение лекционных занятий и выполнение практических заданий, так как пропуск одного, а тем более нескольких занятий может осложнить освоение разделов курса.

Лекции имеют целью дать систематизированные основы научных знаний по содержанию дисциплины. При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной по данной теме литературы;
- ответить на контрольные вопросы по теме.

Практические задания выполняются студентами с целью углубления и закрепления знаний, полученных на лекциях

Выполнение обучающимися практических заданий проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений;
- углубления теоретических знаний в соответствии с заданной темой;
- формирования умений применять теоретические знания при решении поставленных вопросов;
- развития общих компетенций у обучающихся;
- развития творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности.

Выполнение обучающимися практических заданий направлено на:

- обобщение, систематизацию, углубление, закрепление полученных теоретических знаний по конкретным темам дисциплины;
- формирование умений применять полученные знания на практике, реализацию единства интеллектуальной и практической деятельности;
- выработку при решении поставленных задач таких профессионально значимых качеств, как самостоятельность, ответственность, точность, творческая инициатива.

При подготовке к выполнению практических заданий необходимо изучить или повторить лекционный материал по соответствующей теме.

#### 2. Рекомендации по работе с литературой и источниками

Работу с литературой следует начинать с анализа рабочей программы дисциплины, содержащей список основной и дополнительной литературы.

В случае возникновения затруднений в понимании учебного материала следует обратиться к другим источникам, где изложение может оказаться более доступным.

Работа с литературой не только полезна как средство более глубокого изучения любой дисциплины, но и является неотъемлемой частью профессиональной деятельности будущего выпускника.