МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Кубанский государственный университет»
Институт среднего профессионального образования

УТВЕРЖДАЮ
Директор ИНСПО
_____ М.Ю. Беликов
«24» мая 2016 г.

Рабочая программа дисциплины

БД.04 Основы безопасности жизнедеятельности

Специальность 44.02.02 Преподавание в начальных классах

Краснодар 2016

Рабочая программа учебной дисциплины БД.04 Основы безопасности жизнедеятельности разработана на основе примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования, протокол № 3 от 21 июля 2015 г., регистрационный номер рецензии 379 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО»

Дисциплина	БД.04 Основы безопасности жизнедеятельности
Форма обучения	очная
Учебный год	2016-2017
1 курс	2 семестр
всего 105 часов, в том числе:	
лекции	34 час.
практические занятия	36 час.
самостоятельные занятия	29 час.
консультации	6 час.
форма итогового контроля	дифференцированный зачет

Составитель: преподаватель _____ /И.Н. Рослякова/

Утверждена на заседании предметно-цикловой комиссии дисциплин педагогических специальностей
протокол № 9 от «19» мая 2016 г.
Председатель предметно-цикловой комиссии:_____ А.Ш. Гучетль
«19» мая 2016 г.
Рецензент (-ы):

Заместитель директора по научно-методической работе ГБПОУ КК «Краснодарский педагогический колледж»		*Г.С. Садовская*
Кандидат медицинских наук, доцент кафедры ДСП, ФППК, КубГУ		*А.Б. Томилов*

СОДЕРЖАНИЕ

1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ……. 2
1.1 Область применения учебной программы....…… 2
1.2 Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена……..... 2
1.3 Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины…….. 2
1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (перечень формируемых компетенций)..... 4
2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ…….. 5
2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы…….. 5
2.2 Структура дисциплины…… 5
2.3 Тематический план и содержание учебной дисциплины……. 6
2.4 Содержание разделов учебной дисциплины…….. 8
2.4.1 Занятия лекционного типа…… 8
2.4.2 Занятия семинарского типа …… 12
2.4.3 Практические занятия (лабораторные занятия)……... 12
2.4.4 Содержание самостоятельной работы …… 28
2.4.5 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине…… 30
3 ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ……. 32
3.1 Образовательные технологии при проведении лекций 32
3.2 Образовательные технологии при проведении практических занятий 33
4 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ…. 35
4.1 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине……... 35
4.2 Перечень необходимого программного обеспечения……... 35
5 ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНЫХ И ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ, НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ…… 36
5.1 Основная литература……. 36
5.2 Дополнительная литература……. 36
5.3 Периодические издания…… 36
5.4 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины …….. 37
6 МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ……..…… 38
7 ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ…… 42
7.1 Паспорт фонда оценочных средств…….. 42
7.2 Критерии оценки результатов обучения…….. 42
7.3 Оценочные средства для проведения текущей аттестации…… 43
7.4 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации..……. 50
7.4.1 Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации..... 51
7.4.2 Примерные задачи для проведения промежуточной аттестации ……... 52
8 ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ……... 53
9 ОБУЧЕНИЕ СТУДЕНТОВ-ИНВАЛИДОВ И СТУДЕНТОВ С ОВЗ…….. 61

1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Область применения учебной программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» является частью основной профессиональной образовательной программы, в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего (полного) общего образования и Федеральным государственным образовательным стандартом (далее ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 44.02.02 Преподавание в начальных классах, утвержденному Министерством образования и науки Российской Федерации 27.10.2014 г., приказ № 1351.

В основе учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» лежит установка на формирование у обучаемых системы базовых понятий безопасности жизнедеятельности, а также выработка умений применять полученные знания, как в профессиональной деятельности, так и для решения жизненных задач.

Изучение дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, имеет свои особенности в зависимости от профиля профессионального образования. Это выражается в содержании обучения, количестве часов, выделяемых на изучение отдельных тем программы, глубине их освоения учащимися, объеме и характере практических занятий, видах внеаудиторной самостоятельной работы.

Теоретические сведения по дисциплине дополняются практическими работами.

1.2 Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в базовый учебный цикл (общеобразовательные дисциплины) программы подготовки специалистов среднего звена.

1.3 Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:

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

• **личностных:**

развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

готовность к служению Отечеству, его защите;

- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;

- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

• **метапредметных:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать

последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

- 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;

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

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

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

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

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

- развитие 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;

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

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

- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых

в повседневной жизни;

- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации; - формирование установки на здоровый образ жизни;

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

• предметных:

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

- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

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

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

- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

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

- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

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

- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

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

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

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 105 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка 70 часов;
- самостоятельная работа 29 часов
- консультации 6 часов.

1.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (перечень формируемых компетенций)

Не предусмотрены

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	*Объем часов*
Максимальная учебная нагрузка (всего)	105
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	70
в том числе:	
занятия лекционного типа	34
практические занятия	36
лабораторные занятия	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	29
в том числе:	
реферат	
самостоятельная внеаудиторная работа в виде домашних практических заданий, индивидуальных заданий, самостоятельного подбора и изучения дополнительного теоретического материала	
Консультации	6
Промежуточная аттестация в форме зачета/экзамена/диф.зачета	*диф.зачет*

2.2. Структура дисциплины:

Наименование разделов и тем	Количество аудиторных часов			Самостоятельная работа обучающегося (час)	Консультации
	Всего	Теоретическое обучение	Практические и лабораторные занятия		
Введение. Основы безопасности жизнедеятельности, основные понятия, термины и определения.		2	6	6	2
Государственная система обеспечения безопасности населения		12	12	5	2
Основы медицинских знаний и оказание первой помощи		6	6	6	
Основы здорового образа жизни		8	6	6	
Основы обороны государства		6	6	6	2
Всего по дисциплине	**105**	**34**	**36**	**29**	**6**

2.3 Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (если предусмотрена)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1. Введение. Основы безопасности жизнедеятельности, основные понятия, термины и определения.				
Тема 1.1. Основы взаимодействия в системе "человек - среда обитания".	**Содержание учебного материала**			
	Лекции			
	1	«Безопасность жизнедеятельности – дисциплина XXI века»	2	1
	2	Основные виды потенциальных опасностей и их последствия		2
	Практические (лабораторные) занятия			
	1	Автономное пребывание человека в природной сред	2	2
	2	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях	2	
	3	Действия населения при пожаре. Обеспечение личной безопасности при пожаре	2	
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Обеспечение личной безопасности на дорогах. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре. 2. Обеспечение личной безопасности на водоёмах в разное время года. Безопасный отдых у воды. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. 3. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом и средствами бытовой химии. Меры безопасности при работе с инструментами. Безопасность и компьютер. Законодательные и нормативные правовые акты Российской Федерации в области обеспечения безопасности личности общества и государства.		6	
	Консультация Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины		2	
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения				
Тема 2.1. Опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера	**Содержание учебного материала**			
	Лекции			
	1	Общая характеристика опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; правила безопасного поведения	2	1
	2	Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий ЧС	2	2
	3	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций(РСЧС), ее структура и задачи	2	2
	Практические (лабораторные) занятия			
	1	Экологическая и производственная безопасность технических систем и технологических процессов	2	2
	2	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	2	
	3	Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях	2	
	Самостоятельная работа обучающихся **1.** Привести пример ЧС, дать характеристику 2.		2	

Тема 2.2. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны	**Содержание учебного материала**			
	Лекции			
	1	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны	2	2
	2	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	2	2
	3	Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	2	2
	Практические (лабораторные) занятия			
	1	Организация гражданской обороны на промышленном (сельскохозяйственном) объекте. Цели и задачи гражданской обороны по обеспечению устойчивости функционирования объекта экономики	2	2
	2	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения	2	
	3	Знакомство с устройством убежища	2	
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Составить схему ГО объекта 2. Составление схемы «Поражающие факторы ядерного взрыва» 3. Зарисовать образование радиоактивного следа		1 1 1	
	Консультация Методические указания для самостоятельной работы обучающихся		2	
Раздел 3. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи				
Тема 3.1. Основы медицинских знаний и правила оказания ПМП	**Содержание учебного материала**			
	Лекции			
	1	Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях	2	1
	2	Производственный травматизм, меры профилактики, оказание первой медицинской помощи при травмах	2	2
	3	Первая медицинская помощь при массовых поражениях	2	
	Практические (лабораторные) занятия			
	1	Наложение повязок при ранениях различных частей тела	2	3
	2	Отличительные особенности механических травм – переломы, растяжения связок, вывихи, ушибы (составление таблицы)	2	
	3	Первая помощь при неотложных состояниях	2	
	Самостоятельная работа обучающихся 1. ПМП при механических травмах. Правила наложения шины при переломах 2. Составление характеристики различных видов ран 3. Правила остановки артериального кровотечения. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего. Первая помощь при острой сердечной недостаточности		2 2 2	
Раздел 4. Основы здорового образа жизни				
Тема 4.1. Здоровый образ жизни и его составляющие	**Содержание учебного материала**			
	Лекции			
	1	Здоровый образ жизни, основные понятия и определения. Критерии здоровья	2	1
	2	Режим труда и отдыха. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека	2	
	3	Рациональное питание и его значение для здоровья человека. Гигиена питания	2	
	4	Нравственность и здоровье, формирование правильного взаимоотношения полов. Правило личной гигиены	2	
	Практические (лабораторные) занятия			
	1	Вредные привычки, их влияние на здоровье человека. Профилактика вредных привычек	2	2
	2	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. Основные понятия о биологических ритмах человека, их влияние на уровень жизнедеятельности человека, профилактика утомления.	2	

	3	Просмотр фильма о рациональном питании	2	
	Самостоятельная работа обучающихся			
	1. Инфекции, передаваемые половым путём (ИППП), пути их передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики. 2. Семья в современном обществе. Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанности родителей. 3. Составить режим дня студента		2 2 2	
Раздел 5. Основы обороны государства				
Тема 5.1. Вооруженные Силы Российской Федерации - основа обороны государства.	**Содержание учебного материала**			
	Лекции			
	1	Национальная безопасность и национальные интересы России	2	2
	2	Военная служба и ее особенности	2	2
	3	Воинские символы Вооруженных Сил Российской Федерации	2	2
	Практические (лабораторные) занятия 1. Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета. 2. Альтернативная гражданская служба 3. Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.		2 2 2	2
	Самостоятельная работа 1. Состав Вооружённых Сил Российской Федерации и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации 2. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ — закон воинской жизни Общевоинские уставы — нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ, Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил РФ, Дисциплинарный устав Вооруженных Сил РФ, Строевой устав Вооруженных Сил РФ, их предназначение и основные положения.		6	
	Консультация Методические указания для обучающихся по подготовке к дифференцированному зачету дисциплины. Критерии оценивания		2	
	Всего:		105	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:
1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

2.4. Содержание разделов дисциплины

2.4.1. Занятия лекционного типа

№ раздела	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3	4
2 семестр			
1	Введение. Основы безопасности жизнедеятельности, основные понятия, термины и определения.		

№ раздела	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3	4
	Тема 1.1. Основы взаимодействия в системе "человек - среда обитания".	«Безопасность жизнедеятельности – дисциплина XXI века» Современный человек непрерывно взаимодействует с окружающей его средой обитания, компонентами которой являются естественная, техногенная (техносфера) и социальная среды. С конца XIX века непрерывно развиваются техносфера и социальная среда, о чем свидетельствуют все возрастающая доля преобразованных человеком территорий земной поверхности, демографический взрыв и урбанизация населения. Развитие техносферы происходит за счет преобразования природной среды.	У
		Основные виды потенциальных опасностей и их последствия Опасность - центральное понятие в безопасности жизнедеятельности. Жизнедеятельность человека потенциально опасна, она неразрывно связана с вероятностью воздействия на него мира опасностей естественного, техногенного или антропогенного происхождения. Достижение состояния безопасности объекта защиты требует анализа свойств объекта защиты и совокупности опасностей, действующих на него. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в техносфере - путь к решению многих проблем защиты природной среды от негативного влияния техносферы, фундамент для решения проблем безопасности на более высоких уровнях: техносферном, региональном, биосферном,	
2	Государственная система обеспечения безопасности населения		
	Тема 2.1. Опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера	Общая характеристика опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; правила безопасного поведения Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера для минимизации их последствий.	Т
		Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий ЧС Факторы, влияющие на устойчивость объектов. Оценка устойчивости объектов экономики. Мероприятия по повышению устойчивости объектов. Задачи гражданской обороны на объекте.	
		Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций(РСЧС), ее структура и задачи Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации	

№ раздела	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3	4
	Тема 2.2. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны Предназначение и задачи гражданской обороны по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, её предназначение и задачи.	Р
		Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения Основные виды оружия и их поражающие свойства. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.	
		Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях. Средства индивидуальной защиты. Основные средства защиты органов дыхания, средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Правила использования средств индивидуальной защиты	
3	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи		
	Тема 3.1. Основы медицинских знаний и правила оказания ПМП	Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях Основные правила первой помощи. Правила остановки артериального кровотечения. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего. Первая помощь при ранениях. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота. Первая помощь при повреждении позвоночника, спины. Первая помощь при остановке сердца.	У
		Производственный травматизм, меры профилактики, оказание первой медицинской помощи при травмах Виды производственных травм (несчастных случаев). Причины производственных травм. Меры профилактики производственного травматизма. Оказание медицинской помощи при производственной травме.	
		Первая медицинская помощь при массовых поражениях Возможные причины массовых поражений людей Особенности оказания первой медицинской помощи. Виды медицинской помощи пострадавшим в очаге поражения Задачи организация медицинской помощи при массовых поражениях. Алгоритм оказания первой медицинской помощи. Потери населения при катастрофах.	
4	Основы здорового образа жизни		

№ раздела	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3	4
	Тема 4.1. Здоровый образ жизни и его составляющие	Здоровый образ жизни, основные понятия и определения. Критерии здоровья Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление его здоровья. Факторы, влияющие на здоровье. Основные составляющие здорового образа жизни. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. Основные понятия о биологических ритмах человека, их влияние на уровень жизнедеятельности человека, профилактика утомления. Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя – разновидность наркомании. Наркомания – это практически неизлечимое заболевание, связанное с зависимостью от употребления наркотика. Профилактика наркомании. Правила личной гигиены. Личная гигиена, общие понятия и определения.	Т
		Режим труда и отдыха. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Необходимость выработки привычки на уровне потребности к систематическим занятиям физической культурой.	
		Рациональное питание и его значение для здоровья человека. Гигиена питания Пищевой рацион. Основные элементы рационального питания Основные гигиенические требования, предъявляемые к пище Физиологические нормы питания. Значение основных пищевых веществ. Значение минеральных веществ. Значение витаминов для организма	
		Нравственность и здоровье, формирование правильного взаимоотношения полов. Правило личной гигиены Формирование правильных взаимоотношений полов. Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию семейной жизни. Качества, необходимые для создания прочной семьи. Инфекции, передаваемые половым путём (ИППП), пути их передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики. Семья в современном обществе. Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанности родителей.	
5	Основы обороны государства		
	Тема 5.1. Вооруженные Силы Российской Федерации - основа обороны	Национальная безопасность и национальные интересы России Угрозы национальной безопасности России Обеспечение национальных интересов России Военная организация Российской Федерации Руководство военной организацией государства Основные функции Вооруженных Сил	Т

№ раздела	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3	4
	государства	Военная служба и ее особенности Прохождение военной службы по призыву Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставления отсрочек. Воинские звания военнослужащих ВС РФ. Военная форма одежды. Прохождение военной службы по контракту Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Военная дисциплина, ее сущность и значение.	
		Воинские символы Вооруженных Сил Российской Федерации Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена и медали – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации.	
Примечание: Т – тестирование, Р – написание реферата, У – устный опрос, КР – контрольная работа			

2.4.2. Занятия семинарского типа

– не предусмотрены

2.4.3. Практические занятия (лабораторные занятия)

№	Наименование раздела	Наименование практических (лабораторных) работ	Форма текущего контроля
2 семестр			
1	2	3	4
1.	Введение. Основы безопасности жизнедеятельности, основные понятия, термины и определения.	Автономное пребывание человека в природной среде **Задание 1.** Определение сторон света по механическим часам и Солнцу. Оборудование: наручные механические часы. Условие: определить направление на Юг с использованием наручных механических часов и Солнца. **Порядок выполнения:** Необходимо расположить часы так, чтобы часовая стрелка указывала на Солнце. Угол между часовой стрелкой и 12 часами разделить пополам, а линия, разделяющая этот угол, и будет указывать на Юг, причем Юг до 12ч. будет с правой стороны от Солнца, а после 12ч. с левой. Во многих регионах страны, летом время переводится на час, поэтому полдень наступает в 13 часов дня, т.е угол измеряется между часовой стрелкой и цифрой 1. На территории России было введено декретное время, опережающее поясное на час, т.е летом у нас полдень наступает в 14 часов, а зимой – в 13 часов, соответственно угол, указывающий на Юг, уже измеряется между часовой стрелкой и цифрой 2 или 1 соответственно. **Задание 2**. Определение расстояния по карте с использованием циркуля Оборудование: линейка с миллиметровыми делениями, циркуль, карта с обозначенным масштабом и проложенным карандашом извилистым маршрутом. Порядок выполнения: 1. Жюри выдает участнику карту с проложенным карандашом маршрутом. 2. Устанавливается небольшой раствор циркуля, который	ПР У

		называется шагом. Длина шага зависит от степени извилистости линии, но, как правило, не должна превышать 1 см. Одну иглу циркуля ставят в начальную точку маршрута, а вторую в направлении измеряемой линии. Поворачивая циркуль относительно одной из игл, «шагают» по маршруту. Общая длина маршрута равна числу шагов, умноженному на шаг циркуля, плюс остаток. 3. Определяется масштаб — сколько в 1-ом сантиметре карты укладывается реальных сантиметров на местности (например, 1:100 000 — в 1 см на карте 100 000 см на местности). 4. Полученная длина маршрута умножается на масштаб и делится на 100 000 для перевода из см в км.	
		Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях I.Тема. Выполнение основных мероприятий по противодействию терроризму. II. Цель. Закрепление теоретических знаний о терроризме и приобретение практических навыков поведения при обнаружении взрывных устройств. III. Задачи. 1. Закрепить теоретические знания о терроризме. 2. Составить алгоритм поведения при обнаружении взрывных устройств. IV. Время выполнения 2ч. V. Оборудование. Памятка по действиям при террористических актах, ФЗ «О противодействии терроризму» (Приложение9) учебный фильм «Действия населения при угрозе террористического акта» VI. Задание. 1.Просмотреть учебный фильм. 2.Изучить ФЗ «О противодействии терроризму». Выписать основные понятия ст. 3 ФЗ «О противодействии терроризму». 3. Изучить памятку по действиям при террористических актах. 4. Составить алгоритм поведения при обнаружении взрывных устройств. VII Контрольные вопросы 1. Что такое терроризм? 2. Что включает в себя террористическая деятельность? 3. Раскройте понятие террористического акта. 4. Что означает противодействие терроризму? 5. Контртеррористическая операция это? 6. Для чего применяются Вооруженные Силы Российской Федерации в борьбе с терроризмом? 7. Ответственность организаций за причастность к терроризму. 8. Вознаграждение за содействие борьбе с терроризмом VIII. Литература ФЗ «О противодействии терроризму»	
		Действия населения при пожаре. Обеспечение личной безопасности при пожаре **Задание 1.** Вызов пожарной охраны с использованием мобильного телефона. Условие: в помещении произошло возгорание телевизора. Необходимо вызвать пожарную охрану с мобильного телефона, однако денежные средства на вашем счету отсутствуют. **Алгоритм выполнения задания:** Имитировать набор номера 112. Сообщить: • факт возникновения пожара; • адрес объекта (улица, № дома и квартиры);	

		• место пожара (что и где горит); • свою фамилию, имя и отчество; • № телефона, откуда передается сообщение; • предложить свои услуги по встрече пожарной команды.	
2.	Государственная система обеспечения безопасности населения	Экологическая и производственная безопасность технических систем и технологических процессов 1Причины появления опасности 2Нормативные показатели безопасности технических систем 3Методы повышения безопасности технических систем и технологических процессов	ПРУТ
		Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. I.Тема Решение ситуационных задач по ФЗ №65 «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера» II. Цель. Закрепление теоретических знаний о РСЧС, о защите населения и территорий от ЧС и приобретение практических умений в решении ситуационных задач. III. Задачи. 1.Закрепить знания о защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера. 2. Развивать умения принимать правильные решения при ЧС. 3. Закрепить умения решать ситуационные задачи. IV. Время выполнения 2ч. V. Оборудование. ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера», ситуационные задачи, тетрадь для практических работ. VI. Задание. 1.Изучить ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера» 2.Составить конспект. 3. Решить ситуационные задачи. VII Контрольные вопросы. 1. Сколько глав, статей содержит закон? 2. Когда вступил в силу ФЗ? 3. Какие основные понятия раскрываются в 1 статье? 4. В какой статье раскрываются обязанности организаций в области защиты населения и территорий от ЧС? Перечислите их. 5. В какой статье раскрывается подготовка населения в области защиты от ЧС. 6. Каким образом проводится пропаганда знаний в области защиты населения и территорий от ЧС? VIII Литература Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера» (Приложение 3)	
		Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях Меры безопасности в домашних условиях, на улице, в транспорте. Цель: 1. Развитие умений у обучающихся предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту; 2. Прогнозировать основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации. Порядок выполнения работы: 1. Получить вариант задания у преподавателя. 2. Провести анализ предлагаемых ситуаций;	

Выявить потенциальные опасности. 3. Оформить отчет и сделать вывод. 4. Подготовиться к индивидуальной защите практической работы.
Ситуация-действие
Задание №1
Ситуация- действие: Вам позвонили в дверь и сказали: «Телеграмма. Нужно расписаться». Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия.
Ситуация- действие: Вы дома один. Вас кто-то просит открыть дверь, чтобы срочно позвонить по телефону (сообщить о несчастном случае и вызвать «скорую помощь» и т.п.). Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия.
Ситуация- действие: Вы пришли домой и замечаете, что в квартире кто-то побывал (распахнута дверь, выбито окно и т.п.). Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия.
Задание №2
Ситуация- действие: Вы вошли в квартиру и обнаружили в ней посторонних. Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия.
Ситуация- действие: Вы остались дома один. В квартиру позвонили. На во-прос: «Кто?» вам ответили: «Сантехник. Необходимо перекрыть горячую воду, иначе зальет весь дом. Кран в вашей квартире». Что делать? Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия.
Ситуация-действие:Вы приехали на отдых в незнакомый город. Ваши действия по обеспечению личной безопасности. Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия.
Задание №3
Ситуация-действие: Вас остановил преступник и, угрожая ножом, потребовал деньги. Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия. Ситуация- действие: Вам показалось, что вас преследуют. Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия.
Ситуация- действие: Назовите основные правила обеспечения вашей безопасности на улице. Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия.
Задание №4
Ситуация- действие: Возвращаясь вечером домой, будете ли вы Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия. Ситуация-действие: В экстремальной ситуации, связанной с возможным применением к вам насилия, вы приняли решение убежать. Как вы будете действовать? Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия. Ситуация- действие: Вы возвращаетесь домой поздно вечером в общее венном транспорте. Что вы предпримите для обеспечения личной безопасности? Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия.
Задание №5 Ситуация- действие: У вас зазвонил телефон. Спрашиваете: «Кто говорит?» Молчание. И так неоднократно. Хорошо, ! если звонят днем, а если ночью? Эти звонки любого челозека выведут из равновесия. Можно, конечно, отключить телефон на какое-то время, но не все имеют такую возможность. Беспокоящие вас звонки часто продолжаются неделями и даже месяцами, а в телефонной трубке часто слышится брань, оскорбления, клевета. Так что же делать? Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия. Ситуация- действие: Подростки-хулиганы часто нападают на детей. Что вы посоветуете в данном случае детям Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия.
Ситуация- действие: Вы возвращаетесь поздно домой. На пути встречается группа молодых людей, которые осыпают вас бранью, насмешками, грубостями. Ваши действия Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия.
Задание №6 Ситуация-действие: Вы находитесь, дома и слышите, что дверь вашей квартиры открывают ключом или взламывают Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия.

		Ситуация-действие: Вы находитесь дома. Внезапно в вашей квартире оказались злоумышленники. Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия. Ситуация-действие: Вы слышали шаги на площадке и чувствуете, что за дверью кто-то притаился. В глазок ничего не видно. Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия. Задание №7 Ситуация-действие: Раздается звонок в квартиру, в глазок ничего не видно, телефон не работает. Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия. Ситуация-действие: Внезапно погас свет в вашей квартире. Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия. Ситуация-действие: Вам кажется, что кто-то идет за вами по пятам. Как вы поступите: Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия. Задание №8 Ситуация-действие: На улице к вам подъехала автомашина. Ее водитель ведет себя агрессивно (например, пытается затащить в машину). Что вы будете делать? Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия. Ситуация-действие: Вы заметили, что напротив вашего дома: а исходят хулиганские действия: б) неизвестные влезают в окно или на балкон соседнего дома и т.п. действия. Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия. Ситуация-действие: Молодой, на вид интеллигентный человек подходит к ребенку и говорит, что он является хорошим знакомым его родителей. Человек просит впустить его квартиру («Там я подожду папу и маму.Вот будет сюрприз!»). Как надо поступить: Задание: Ваши действия. Обоснуйте ваши действия. Критерии оценки: В зависимости от процента правильно выданных ответов по отношению к полному ответу 80 -100 % - отлично 60 -80 % - хорошо 40 – 60 % - удовлетворительно
		Организация гражданской обороны на промышленном (сельскохозяйственном) объекте. Цели и задачи гражданской обороны по обеспечению устойчивости функционирования объекта экономики I.Тема. Планирование и проведение мероприятий гражданской обороны. II. Цель. Закрепление теоретических знаний о ГО и приобретение практических умений работать с ФЗ, планировать мероприятия ГО. III. Задачи. 1.Закрепить знания о ГО 2.Изучить материал по составлению плана ГО 3. Составить план мероприятий по ГО IV. Время выполнения 2ч. V. Оборудование. ФЗ «О гражданской обороне», тетрадь для практических работ, Г. С. Ястребов «Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф» VI. Задание. 1. Изучить материал учебника стр.104-112 В практических тетрадях начертить схему организации ГО в учебном заведении. 2. Изучить план мероприятий, схему оповещения, составить план мероприятий по ГО. 3. Ответить на вопросы VII Контрольные вопросы. 1. Назначение и задачи ГО. 2. Кто является начальником штаба ГО? 3. Какие формирования ГО создаются в учебном учреждении? 4. Как составить план оповещения? 5. Где осуществляется подготовка формирований ГО? VIII Литература Ястребов, Г. С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф [Текст] : учебное пособие для студентов образовательных

		учреждений среднего профессионального образования / Г.Я. Ястребов; под редакцией Б.В. Карабухина. Изд. 3 –е. – Ростов н / Д : Феникс, 2007. – 397 с. ФЗ «О гражданской обороне»	
		Средства коллективной защиты от оружия массового поражения Защитные сооружения Гражданской обороны и правила поведения в них. Время выполнения: 2 часа. Цель работы: изучить устройство убежищ, противорадиационных укрытий и укрытий простейшего типа и правила поведения в них. Задачи работы: уметь: использовать средства коллективной защиты от оружия массового поражения; знать: способы защиты населения от оружия массового поражения. Оснащение: Инструкция к практической работе; листы для оформления отчета. Общие теоретические положения: Одним из основных способов защиты населения в ЧС мирного и военного времени являются защитные сооружения ГО: убежища и противорадиационные укрытия (коллективные средства защиты). Убежища защищают людей от оружия массового поражения. К конструкции убежищ и их размещению предъявляются ряд требований: 1.Ограждающие конструкции убежищ должны быть прочными и обеспечивать ослабление ионизирующих и других видов излучений до допустимого уровня, а также обеспечивать защиту от прогрева при пожарах; 2.Убежища следует размещать в максимальной близости от мест пребывания людей, их вместимость зависит от плотности заселения рассматриваемой территории; 3.Убежища оборудуются в заглубленной части зданий (встроенные убежища) или располагаются вне зданий (отдельно стоящие убежища). Под убежища могут приспосабливаться подвалы, тоннели, подземные выработки (шахты, рудники) и т.п. Противорадиационные укрытия защищают людей от радиоактивного заражения и светового излучения, ослабляют воздействие ударной волны и проникающей радиации ЯВ. Оборудуются они обычно в подвальных или наземных этажах зданий и сооружений. Наиболее пригодны для противорадиационных укрытий внутренние помещения каменных зданий с капитальными стенами и небольшой площадью проемов. Здания и сооружения по-разному ослабляют проникающую радиацию: помещения первого этажа деревянных зданий ослабляют ее в 2…3 раза, помещения первого этажа каменных зданий в 10 раз, средняя часть подвала многоэтажного каменного здания в 500…1000 раз. Задание к работе: 1.Изучить устройство убежища, противорадиационного укрытия и правила поведения в них. 2.Заполнить таблицу 1 3.Начертить чертѐж простейшего укрытия. Методика выполнения задания: 1.Подготовить листы формата А-4, заполнить штампы. 2.Перечислить оборудование убежища. 3.Начертить и заполнить таблицу 1 Таблица 1 Защитные свойства помещений Вид помещения Коэффициент ослабления радиации 4.Начертить чертѐж простейшего укрытия. Контрольные вопросы: 1.Перечислите основные способы защиты населения в ЧС мирного и военного времени. 2.Перечислите индивидуальные и коллективные средства защиты от оружия массового поражения. Содержание отчета: 1.Тема. 2.Цель. 3.Материальное обеспечение. 4.Выполнить задание к практической работе.	
		Знакомство с устройством убежища <u>Знакомство с защитными сооружениями.</u> Цель занятия: 1. Составить спецификацию помещений убежища. 2. Ознакомиться с правилами заполнения убежища. 3. Ознакомиться с правилами поведения в убежище. Пояснения Защитное сооружение – это инженерное сооружение, предназначенное для укрытия людей, техники и имущества от опасностей, возникающих в результате аварий и катастроф на потенциально опасных объектах либо опасных природных явлений в районах размещения этих объектов, а также от воздействия современных средств поражения. К таким сооружениям относят	

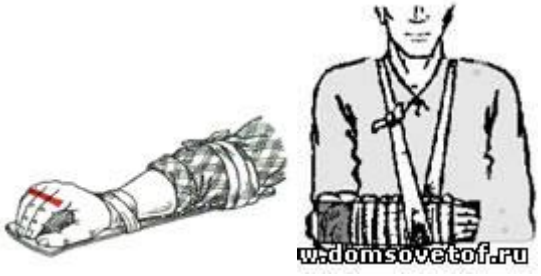
		убежища и противорадиационные укрытия. Убежища обеспечивают наиболее надежную защиту людей от поражающих факторов ОМП, а также от высоких температур и вредных газов в зонах пожаров. Современные убежища должны обеспечить требуемые нормативные условия жизнеобеспечения людей в течение расчетного времени. Задание Посетить защитное сооружение и ознакомиться с его устройством. Изучить вопросы заполнения, укрытия, размещения и пребывания в убежищах. Необходимые принадлежности 1. Тетрадь. 2. Ручка. Работа в аудитории Составляется примерная спецификация помещений убежища. План убежища: *1* — помещение для укрываемых; *2* — пункт управления; *3* — медицинский пункт (может не устраиваться); *4* — фильтровентиляционная камера; *5* — помещение дизельной электростанции; *6* — санитарный узел; *7* — помещение для ГСМ и электрощитовая; *8* — помещение для продовольствия (может не устраиваться); *9* — вход с тамбуром; *10* — аварийный выход с тамбуром. На практическом занятии осуществляется: Знакомство с защитными сооружениями, их планировкой, электроснабжением, административно-техническим устройством, средствами связи, системами воздухоочистки, водоснабжения. Изучение порядка заполнения убежищ и пребывания в них. При сообщении штабом ГО соответствующих сигналов об опасности население должно организованно направиться к ближайшему убежищу. С собой необходимо взять: средства индивидуальной защиты, документы на всех членов семьи (паспорта, военные билеты, дипломы, свидетельство о рождении на детей и др.), деньги, драгоценности, запасы продуктов питания в виде сухого пайка (на 2 – 3 суток) и воды (1,5 – 2 литра на каждого члена семьи). Заполнение убежищ проводится организованно, быстро и без паники. Укрываемые в убежище размещаются на скамейках и нарах. Тех, кто прибыл с детьми, размещают в отдельных секциях или в комнате матери и ребенка. Престарелых и больных размещают поближе к воздухоразводящим вентиляционным трубам. Эту работу проводит звено по заполнению и размещению укрываемых. После заполнения убежища по распоряжению командира группы личный состав звена закрывает защитно-герметические двери, ставни аварийных выходов. Опоздавшие заполняют убежище через специальный шлюзтамбур. В защит-ных сооружениях ежедневно проводится двухкратная уборка помещений силами укрываемых по распоряжению старших групп. Обслуживание оборудования и уборка технических помещений проводится силами звена обслуживания убежища. Укрываемые в убежище обязаны: - выполнять правила внутреннего распорядка, все распоряжения личного состава звена обслуживания убежища; - содержать в готовности средства индивидуальной защиты; - соблюдать спокойствие, пресекать случаи паники и нарушений общественного порядка; - соблюдать правила техники безопасности; - оказывать помощь группе обслуживания при ликвидации аварий и устранении повреждений; - поддерживать чистоту в помещениях. Укрываемым в защитных сооружениях запрещается: - курить и употреблять спиртные напитки; - приводить (приносить) в сооружение домашних животных; - приносить легковоспламеняющиеся вещества, взрывоопасные и имеющие сильный или резкий запах вещества, громоздкие вещи; - шуметь, громко разговаривать, ходить без особой надобности, открывать двери и выходить из сооружения; - применять источники освещения с открытым огнем. В убежищах рекомендуется проводить беседы, чтение в слух, слушать радиопередачи, разрешается играть в тихие игры (шашки, шахматы и др.). Выход из убежищ производится только с разрешения (коменданта)	

		после выяснения обстановки (РХБ и пожарной). Контрольные вопросы 1. Что понимается под средствами коллективной защиты? 2. Классификация коллективных средств защиты? 3. Обязанности укрывшихся в убежище? 4. Что запрещается в защитных сооружениях? Литература 1. Латчук В.Н. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс ООО «Дрофа», Москва, 2011 г. 2. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности. ООО «Дрофа», Москва, 2010 г.	
3.	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	Наложение повязок при ранениях различных частей тела **Задание 1.** Пострадавший с артериальным кровотечением из предплечья. Окажите первую медицинскую помощь. Условие: выполняется на манекене или статисте. **Алгоритм выполнения задания:** 1. Прижать артерию (пальцевое прижатие или путем фиксированного сгибания конечности, при этом кладут пачку бинта или валик из подручного материала в локтевой сгиб и максимально сгибают руку в локтевом суставе). 2. Наложить жгут на одежду или специально подложенную под него ткань (марлю). 3. Вложить под жгут записку о дате и времени наложения. 4. Вызвать скорую помощь. **Задание 2.** Во время спортивной игры пострадавший растянул связки в голеностопном суставе. Окажите первую медицинскую помощь. Условие: выполняется на манекене или статисте. **Алгоритм выполнения задания:** 1. Приложить грелку со льдом на поврежденный сустав. 2. Зафиксировать голеностопный сустав эластичным бинтом. При этом его сгибают под углом 90°. Повязку накладывают следующим образом: делают тур вокруг нижней части голени, затем косой виток от внутренней лодыжки к подушечке мизинца стопы, виток вокруг стопы на уровне подушечек пальцев, затем косой виток от подушечки большого пальца к наружной лодыжке, опять проводят бинт вокруг голени и снова повторяют витки вокруг стопы сверху предыдущих. 3. Сверху бинта приложить грелку со льдом. 4. Предложить анальгин (имитировать). 5. Предложить обратиться к хирургу через 2-3 дня, если боли не уменьшатся. **Задание 3.** Пострадавший обварил руку кипятком. Образовались пузыри, причем некоторые из них лопнули и нарушилась целостность верхнего слоя кожи. Окажите первую медицинскую помощь. Условие: выполняется на манекене или статисте. **Алгоритм выполнения задания:** На область ожога наложите стерильную повязку (стерильный бинт) Поверх повязки приложите холод Предложить анальгин Вызвать скорую помощь	ПРУТ
		Отличительные особенности механических травм – переломы, растяжения связок, вывихи, ушибы (составление таблицы) <u>Наложение шины на место перелома, транспортировка поражённого</u>. **Цель занятия:** 1. Практически отработать вопрос наложения шины.	

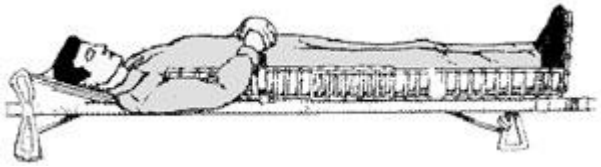
		2. Подготовка пораженного к транспортированию. **Пояснения** Правильная первая помощь при переломах играет важную роль при лечении пострадавшего в дальнейшем. При оказании первой помощи необходимо действовать очень осторожно. Во-первых, вы можете усилить боль, а во-вторых, есть риск повреждения жизненно важных кровеносных сосудов и проходящих нервов в месте перелома. **Задание** Практически отработать вопросы наложения шины. **Необходимые принадлежности** 1. Шина, подручные средства. **Работа в аудитории** Главные действия при оказании первой помощи: - создание полного покоя и неподвижности пострадавшего, подготовка к иммобилизации (созданию неподвижной повязки); - вызов скорой помощи; - устранение шокового состояния (или обморока); - доставка больного в травмпункт. Неподвижность костей в месте перелома достигается путем наложения специальных шин. Но вряд ли кто-то будет носить шины с собой в сумочке, поэтому воспользоваться можно любыми подручными материалами – палки, куски фанеры, крепкий картон, лыжи, стебли камышей, зонты, линейки и др. **На практическом занятии осуществляется:** Правила наложения шин: - не вытягивать конечности; - при иммобилизации следует зафиксировать два близлежащих сустава – ниже и выше перелома (для верхних конечностей) и все суставы при травме нижних конечностей; - под шину обязательно подложить вату, тряпки, одежду (что есть мягкое в наличии); - крепится шина к конечности туго, не допускается свободное крепление (болтание). Если под руками нет ничего, что можно применить в качестве шины, то травмированную конечность (например, нижние конечности) можно плотно прибинтовать к здоровой. Для снятия болевого синдрома пострадавшему следует дать любое обезболивающее средство – анальгин, темпалгин, кетанов или др. При открытом переломе поврежденную кожу необходимо смазать подручным антисептиком. Если рана кровоточит – необходимо наложить жгут или давящую повязку. При артериальном кровотечении жгут накладывается выше раны – на плечо (при травме верхних конечностей) и на бедро (при травме нижних конечностей). На предплечье (расстояние от локтя до кости) жгут НЕ накладывается. Это наиболее частая ошибка даже работников скорой помощи. При венозном или капиллярном кровотечении накладывается давящая повязка. Затем накладывается стерильная повязка. И только после этих мероприятий можно накладывать шины. **Перелом плеча**. До наложения шины, в подмышечную впадину на травмированной стороне укладывают свернутый кусок тряпки (косынки, ваты или др.)	

Перелом предплечья. Обязательная фиксация локтевого сустава. Фиксируется под прямым углом.

Переломы костей кисти. В ладонь вкладывается кусок ваты или ткани. Шины проходит по ладонной поверхности.

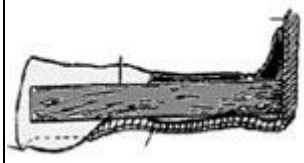


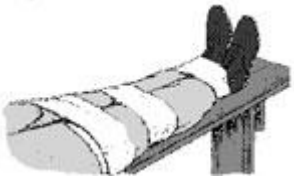
Перелом бедра. Обязательное фиксирование ноги с трех сторон – по внешним сторонам и с задней стороны (до ягодичной складки) ноги. Стопу желательно тоже зафиксировать.



Переломы голени. Шины накладываются по боковым поверхностям ноги от стопы до верхней трети бедра. Допускается иммобилизация «нога к ноге».

Перелом костей стопы. Накладывается две шины в виде буквы «Г». Одна проходит по подошве от пальцев до пятки, вторая – от пятки до коленного сустава.





Контрольные вопросы

1. Что такое перелом?
2. Виды переломов?
3. Правила наложения шин?

Литература

1.Латчук В.Н. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс
ООО «Дрофа», Москва, 2011 г.
2.Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности. ООО «Дрофа», Москва, 2010 г.
3.http://www.knigamedika.ru/chast-2/shiny-i-povyazki.html

Первая помощь при неотложных состояниях

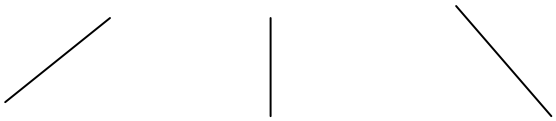
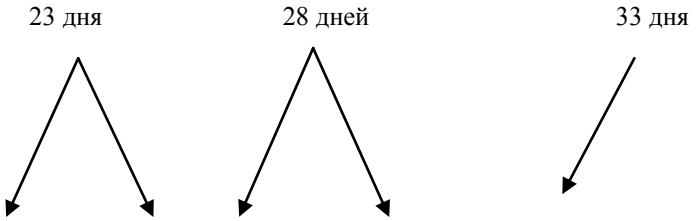
		Тема: Первая помощь при сердечной недостаточности, приступе стенокардии, инфаркте, инсульте, остановке сердца. Наименование работы: Отработка алгоритмов действий по оказанию первой помощи при различных состояниях. Цель: Отработать алгоритм действий помощи пострадавшим в ЧС различного вида. Время: 4 часа Материально-техническое обеспечение: инструкционная карта, тетрадь, раздаточный материал Методика выполнения Задание: 1. Изучить признаки биологической смерти, клинической, состояния комы и обморока. Законспектировать признаки. 2. Изучить правила оказания доврачебной помощи при состояниях клинической смерти, комы и потере сознания. Составить алгоритмы действий при оказании доврачебной помощи. 3. Изучить признаки синего и бледного утопления. Составить алгоритм помощи при утоплении. 4. Ответить на контрольные вопросы. При чрезвычайных ситуациях различного характера и в следствии обострения хронических заболеваний, часто встречаются ситуации, когда человек может находится без сознания и не подавать признаков жизни. В таких случаях можно предположить биологическую смерть пострадавшего, клиническую смерть, состояние комы или кратковременную потерю сознания. Из любого состояния, за исключением биологической смерти, пострадавшего нужно постараться вывести за короткий промежуток времени. Признаки биологической смерти проявляются не сразу после окончания стадии клинической смерти, а некоторое время спустя. Биологическую смерть можно констатировать на основании достоверных признаков и по совокупности признаков. Одним из первых главных признаков является помутнение роговицы и ее высыхание. Признаки биологической смерти: 1) высыхание роговицы; 2) феномен «кошачьего зрачка»; 3) снижение температуры;. 4) тела трупные пятна; 5) трупное окоченение Признаками высыхания роговицы является потеря радужной оболочкой своего первоначального цвета, глаз как бы покрывается белесой пленкой – «селедочным блеском», а зрачок мутнеет. Большим и указательным пальцами сжимают глазное яблоко, если человек мертв, то его зрачок изменит форму и превратится в узкую щель – «кошачий зрачок». У живого человека этого сделать не возможно. Если появились эти 2 признака, то это означает, что человек умер не менее часа тому назад. Полное развитие признаков происходит в течение суток после смерти. Реанимационные мероприятия в таком случае бессмысленны. Клиническая смерть наступает в случае ДТП, поражении электрическим током, падении с высоты и т.д. Признаками клинической смерти являются: 1. Отсутствие пульса на сонной артерии – основной признак остановки кровообращения; 2. Отсутствие дыхания. 3. Потеря сознания 53 Если определяются признаки клинической смерти, необходимо приступить к реанимации. Комплекс сердечно-легочной реанимации состоит из ИВЛ и непрямого массажа сердца и рассматривался ранее. Кома - потеря сознания более чем на 4 минуты; обязательно есть пульс на сонной артерии; нет реакции на внешние раздражители; подавлены кашлевой, глотательный рефлексы, но возможны рвота и непроизвольное мочеиспускание. Схема оказания неотложной помощи при коме: 1. Осторожно повернуть пострадавшего на живот; 3. Удалить слизь и рвотные массы изо рта и носа с помощью салфетки (платка) или резинового баллончика; 4. Приложите холод к голове: пузырь со льдом; бутылки, пакеты с холодной водой или снегом; гипотермический пакет; 5. При исчезновении пульса - срочно приступить к реанимации; 6. Вызвать скорую медицинскую помощь. **Запомнить!** При коме оставлять пострадавшего до прибытия «Скорой помощи» и транспортировать его нужно только в положении «лежа на	

		животе». Алкогольная кома наступает при отравлении алкоголем. Оно происходит, как правило, в результате приема большого количества алкоголя за короткий промежуток времени. В среднем смертельная разовая доза выпитого алкоголя составляет 0,8-1 л водки. Однако у людей, с ослабленным организмом, переутомленных, и особенно у детей, даже малые дозы спиртного могут стать причиной отравления. Вредное воздействие на организм оказывает самогон. Содержащиеся в нем сивушные масла отрицательно влияют на функции желудка и печени. По некоторым данным ядовитые свойства сивушного масла в двадцать раз превышает токсичность этилового алкоголя. Проявления алкогольного отравления - это потеря сознания и чувствительности; неподвижность, пена изо рта. При тяжелом отравлении этанолом человек быстро проходит легкую и среднюю тяжесть опьянения и впадает в состояние оглушения сознания вплоть до глубокой комы. Признаками алкогольной комы является полная потеря сознания с утратой реакций на внешние раздражители, кожа становится холодной, липкой, дыхание прерывистым. В ряде случаев алкогольной комы возникают судорожные припадки. Происходят непроизвольное мочеиспускание и дефекация, рвота. Утрачивается болевая чувствительность. Человек в таком состоянии лежит в одном и том же часто неудобном положении, в результате чего возникают серьезные повреждения мягких тканей, вызванных нарушением кровообращения. В этом состоянии люди не чувствуют холода, и потому возникает опасность переохлаждения. Алкогольное отравление может сопровождаться нарушением дыхания и функций сердечно-сосудистой системы вплоть до летального исхода. У человека, страдающего сахарным диабетом, возможна диабетическая кома, при гипертонии или атеросклерозе большие дозы алкоголя могут привести к нарушению мозгового кровообращения, инсульту или инфаркту миокарда. Отравление и алкогольную кому можно предотвратить заблаговременно. Еще на той стадии, когда речь становится невнятной, появляется такие симптомы- предвестники, как частое чихание и икота, надо немедленно прекратить прием алкоголя. Вместо него желательно съесть дольку лимона или ложку горчицы, выпить сладкий чай, приложить холод к голове или облить голову холодной водой. Давать кофе "перебравшему" человеку нельзя! Это не антидот для алкоголя. Состояние только ухудшиться. Помощь при алкогольном отравлении должна быть неотложной и лучше квалифицированной. необходимо перевернуть пострадавшего на живот, очистить ему рот от рвотных масс, приложить к голове холод и на расстоянии 3-4 сантиметров от лица положить ватку с нашатырным спиртом. Если пострадавший приходит в сознание, то следует продолжать подносить ему к носу ватку с нашатырным спиртом в течение 3-5 минут, пока он не откроет глаза и не заговорит. Если от вдыхания паров нашатырного спирта нет никакого эффекта нужно вызвать скорую. До ее приезда сделать пострадавшему нашатырную палатку, то есть положить на расстоянии 3-4 сантиметра от лица ватку с нашатырем и затем накрыть голову вместе с ваткой простыней или полотенцем. Если через 3-5 минут пострадавший в сознание не приходит, то и палатку, и ватку надо убрать и до прибытия врачей следить за пульсом и очищать ротовую полость. Если у человека в алкогольной коме пропал пульс, его необходимо перевернуть его на спину, нанести прекардиальный удар и проводить реанимацию до приезда скорой. Гипергликемическая (диабетическая) кома - тяжелое и опасное осложнение сахарного диабета. Развивается при недостатке в организме инсулина и повышении содержания сахара в крови. Часто возникает после острых респираторных инфекций, когда в связи с понижением аппетита больные перестают вводить себе инсулин. Начало	

		диабетической комы медленное, в течение 2-3 дней ухудшается аппетит, появляются тошнота; рвота, сухость во рту, жажда. Кожа и слизистые оболочки больного сухие, лицо покрасневшее, дыхание шумное, поверхностное. Одновременно с одышкой наступает слабость, затем сонливость, перерастающая в сон. В выдыхаемом воздухе ощущается резкий запах ацетона. Глаза впадают, сужаются зрачки. Пульс малый, частый. Артериальное давление снижено. Медленное развитие комы на первых порах затрудняет постановку диагноза, от которого, по сути дела, зависит жизнь больного. Нередко поставить правильный диагноз помогает записка, где говорится, что больной страдает сахарным диабетом, или медикаменты, находящиеся в карманах. При признаках диабетической комы срочно вызывают врача. Голову больного поворачивают набок во избежание асфиксии рвотными массами. Основное неотложное пособие - введение инсулина под кожу (в случае, если шприц и медикаменты находятся при больном). Показана экстренная госпитализация. Транспортировка в положении лежа. В дороге следят за тем, чтобы не наступила асфиксия из-за западения языка (между зубов вставляют чайную ложку или другой плоский металлический предмет). Другой разновидность диабетической комы является гипогликемическая кома. Одна из главных причин ее возникновения - передозировка инсулина или непринятие пищи после введения обычной дозы лекарства. Начало острое. У больного появляется чувство страха, он испытывает голод, резкий озноб, головокружение. Нарастают общая слабость и сердцебиение. Зрачки расширены, пульс частый, аритмичный. Кожные покровы влажные, с обильным потоотделением. Ко всему этому присоединяются мышечная дрожь и возбуждение (больной кричит, гримасничает, смеется, плачет, иногда агрессивен). После судорог дыхание становится поверхностным, реакция зрачков на свет отсутствует, артериальное давление понижается. Больной теряет сознание. Больного укладывают, голову поворачивают набок во избежание асфиксии. Срочно вызывают врачебную бригаду «скорой помощи». До ее приезда в рот больному кладут кусочки сахара. Обморок - кратковременная потеря сознания. Они могут случаться при скрытых кровотечениях: внематочная беременность, прободение язвы двенадцатиперстной кишки, закрытая травма живота с повреждением внутренних органов; при острых отравлениях различными токсическими веществами; при гриппе или пневмонии; при работе в душном помещении или при высокой температуре окружающей среды (тепловой удар); при эмоциональных потрясениях; при нарушениях сердечного ритма. Признаки обморока - внезапная кратковременная потеря сознания (не более чем на 3-4 минуты), побледнение кожных покровов и резкое снижение артериального давления. Предвестники обморока - за несколько минут или секунд до падения появляется легкое головокружение, подташнивание, звон в ушах, радужные дуги, мелькание мушек или потемнение в глазах, резкая слабость. Обычно обморок длится не более 1-5 минут. Более длительная потеря сознания заставляет заподозрить развитие комы, причиной которой могли послужить и кровоизлияние в мозг, и отравление различными веществами или алкоголем, сахарный диабет. Схема оказания неотложной помощи при внезапной потере сознания (при сохранении пульсации на сонной артерии): 1. Убедиться в наличии пульсации на сонной артерии. 2. Приподнять ноги, расстегнуть ворот сорочки, ослабить галстук и поясной ремень. 3. Поднести к носу вату с нашатырным спиртом или надавить на болевую точку под носом и помассировать ее. 4. Если в течение 3-4 минут сознание не появилось, необходимо повернуть пациента на живот, позаботиться о проходимости его дыхательных путей и положить холод на голову. 5. При обмороке в душном помещении - вынести	

		больного на свежий воздух или распахнуть окна. 6. При тепловом или солнечном ударе - перенести в прохладное место или тень, положить на голову и грудь смоченное холодной водой полотенце. 7. Во всех случаях обезвоживания: понос, многократная рвота, проливной пот - давать обильное соленое или сладкое питье. 8. После голодного обморока - напоить сладким чаем. 9. При появлении боли в животе, в области поясницы или при повторных обмороках - положить холод на живот (возможно внутреннее кровотечение). Даже если потеря сознания продолжалась не более 1-2 минут, а через 5-10 минут после оказания первой помощи кожные покровы порозовели, артериальное давление вернулось к норме и сам человек никаких жалоб не предъявляет, следует обратиться к врачу. Запомнить! Недопустимо! 1. Приступать к непрямому массажу сердца при наличии пульса на сонной артерии. 2. Прикладывать ватку, смоченную нашатырным спиртом, к носу или закапывать его в нос (это может закончиться обезображивающими ожогами носа и губ). 3. Прикладывать теплую грелку к животу и пояснице при болях в животе или при повторных обмороках. 4. Кормить в случаях голодного обморока С потерей сознания или состоянии клинической смерти часто сталкиваются при спасении утопающих. Спасти утонувшего человека - довольно сложно. Но не менее сложно вытащить из воды утопающего. Панический страх и "мертвые захваты" утопающего - смертельная опасность для спасателя. Если вы не уверены в своих физических возможностях (по отношению к утопающему) - лучше не рискуйте, иначе утонувших будет двое. Существует два варианта утопления - синее и бледное. Они названы по цвету кожи утонувшего. Синее утопление происходит, когда утопающий до последней минуты борется за свою жизнь. Обычно так тонут люди, не умеющие плавать, дети, которые очутились на глубине (например упали в бассейн, упали с лодки). При этом утопающий, находясь под водой, продолжает активно двигаться, максимально задерживая дыхание. Это очень быстро приводит к гипоксии мозга и потере сознания. Как только человек теряет сознание, вода сразу же в большом количестве начинает поступать в желудок и легкие, а затем быстро всасывается и переходит в кровеносное русло, значительно переполняя его разжиженной кровью. Такая кровь просачивается через стенки сосудов и поэтому кожа синеет. Сердце человека не способно прокачать через себя такое количество разжиженной крови и постепенно останавливается из-за недостатка энергии (для выработки которой нужен кислород). Жидкость проникает в легкие и там вспенивается. Из верхних дыхательных путей выделяется большое количество розоватой пены, которая, прекращает газообмен в легких. Происходит отек легких. Признаками этого грозного состояния является клокочущее дыхание (будто внутри больного что-то "кипит") и частое подкашливание с розоватой пенистой мокротой. Бледное утопление происходит когда человек тонет без сознания (ударяется головой при нырянии, или перед падением в воду, теряет сознание от шока), либо проваливается под лед, либо тонет в сильно-хлорированной воде в бассейне (в этих случаях возникает рефлекторный спазм голосовой щели, что препятствует проникновению воды в легкие). При этом, человек не вдыхает воду, и вода не поступает в большом количестве в легкие и желудок. Поэтому, бледное утопление - гораздо благоприятней для сохранения жизни. Хотя дыхание и кровоток останавливаются, но если в течении 5 минут сделать искусственное дыхание - то тяжелых последствий будет гораздо меньше, чем при синем утоплении. Более того, если человек тонет в холодной воде - его мозг охлаждается, и в нем практически полностью прекращаются процессы метаболизма. Низкая температура среды значительно отодвигает срок наступления биологической смерти. Иногда удается спасти человека, который упал в прорубь и находился подо льдом более	

		часа. Первая помощь при утоплении начинается по разному, в зависимости от типа утопления. При бледном утоплении - разумеется, не нужно тратить время на удаление воды из легких (которой там нет), а нужно сразу приступить к искусственному дыханию и массажу сердца. При синем утоплении, первое что нужно сделать - перекинуть пострадавшего через колено лицом вниз (крупного человека можно резко приподнять за талию вдвоем), засунуть ему два пальца в рот и резко надавить на корень языка для провоцирования рвотного рефлекса и стимуляции дыхания. Если после надавливания на корень языка вы услышали характерный звук "Э" и вслед за этим последовали рвотные движения; если в выливающейся изо рта воде вы увидели остатки съеденной пищи, то перед вами живой человек с сохраненным рвотным рефлексом. Бесспорным доказательством этого будет появление кашля. Запомните! В случае появления рвотного рефлекса и кашля главная задача - как можно скорее и тщательнее удалить ВОДУ из легких и желудка. Это позволит избежать многих серьезных осложнений. Для этого следует в течение 5-10 минут периодически с силой надавливать на корень языка, пока изо рта и верхних дыхательных путей не перестанет выделяться вода. Если при надавливании на корень языка рвотный рефлекс так и не появился, если нет ни кашля, ни дыхательных движений, то ни в коем случае нельзя терять времени на дальнейшее извлечение воды из утонувшего. Скорее всего, ее там уже нет или мало - она впиталась в кровь. Сразу переверните человека на спину и немедленно приступите к искусственному дыханию. После оказание неотложной помощи нужно уложить человека на бок и вызвать скорую. Это нужно сделать даже при удовлетворительном самочувствии пострадавшего. Даже после спасения сохраняется угроза повторной остановки сердца, развития отека легких, мозга и острой почечной недостаточности. Только через 3-5 суток можно быть уверенным, что жизни пострадавшего больше ничего не угрожает. Контрольные вопросы: 1. Чем клиническая смерть отличается от биологической? 2. Чем отличается состояние комы от потери сознания? 3. Чем отличается гипергликемическая кома от гипогликемической? 4. Почему пострадавшего в состоянии комы нельзя оставлять лежать на спине? 5. Чем опасна утрата болевой чувствительности в состоянии алкогольной комы? 6. Чем опасен отказ от госпитализации после спасения утопающего? Литература: 1. Косолапова, Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. - 3-е изд., стереотипн. - М.: Академия, 2011. - 317 с. 2. Бубнов, В.Г. Атлас добровольного спасателя. Первая помощь на месте происшествия: учеб. пособ. / В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова; Под ред. А.Г. Короткина. – М.: Астрель, 2004. – 80 с.: ил. 3. Инструкция по оказанию доврачебной помощи (рекомендуемая). – М.: Альфа- композит, 2002. – 39 с.	
4.	Основы здорового образа жизни	Вредные привычки, их влияние на здоровье человека. Профилактика вредных привычек Поделить студентов на группы экспертов по курению, алкоголизму, наркомании, дать время для подготовки выступлений, затем каждую группу выслушивают и задают вопросы.	ПРУТ
		Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. Основные понятия о биологических ритмах человека, их влияние на уровень жизнедеятельности человека, профилактика утомления. **Биоритмы – организаторы нашей жизни.** **Цель:** познакомить учащихся с понятиями «биоритмы», «усталость», научить рассчитывать свои биоритмы. **Задачи** *Образовательная* дать понятие «биологический ритм», усталость» *Развивающая* развить навыки работы со схемами. *Воспитывающая* способствовать воспитанию чувства заботы о	

		своем здоровье. **Биологический ритм** –это периодически повторяющиеся изменения биологических процессов в организме. Природа добилась удивительного совершенства в ритмичности процессов жизни Человек со дня рождения находится в **3 – биологических ритмах**  ***физически*** ***Эмоциональный*** ***интеллектуальны***й *23 дня* *28 дней* *33 дня* **физический** - Определяет энергию, силу, выносливость, координацию движения творческую способность личности ***Эмоциональный*** - определяет состояние нервной системы ***интеллектуальны***й - творческую способность личности  23 дня 28 дней 33 дня « +» «- » « +» «- » « +» «-» « +» - подъем сил, энергии , творческих успехов, оптимистичный, весел «- » - упадок сил, агрессивен, легко возбудимый , раздражительный, ленивый **Расчет биоритмов** – дата рождения + сколько дней вы прожили (365 умножить на кол – во лет исключая високосный год (кол-во вис, лет умножить 366) – Оба произведения суммируйте – Разделите прожитых дней на 23, 28, 33. – Получив число с остатком. Если остаток равен 20, это значит идет 20 день физического цикла т.е вторая половина неблагоприятная. **Виды ритмов (***презентация)* месячные Годичные суточные повторяются каждые 20-28 ч День рождения человека это поворот от неприятностей к радости, и первый месяц за днем рождения наилучший из всех месяцев года. Другими благоприятными месяцами после рождения являются 5 и 9 (10) 2-ой месяц после рождения очень неблагоприятный заболевания 12 после рождения самый плохой. **Тип людей (***презентация)* Жаворонок - работать утром (25%) испытывают голод утром Совы – не испытывают голод утром работают ночью (30%) Голуби – нет четких границ (45%) Не соблюдение биоритмов приводит к усталости **Усталость** – закономерное явление возникающее после любого вида деятельности	

		Усталость избежать нельзя главное избежать переутомление **Советы** 1. устранить воздействие вредных факторов. (шум, свет) 2. переключиться на разный вид деятельности с умственного на физический – активный отдых 3. рациональное питание. 4. природные ландшафты. **Заключение** самостоятельная работа рассчитать свои биоритмы	
		Просмотр фильма о рациональном питании	
5.	Основы обороны государства	Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета.	
		Альтернативная гражданская служба 1 Альтернативная гражданская служба: условия и требования 2 Альтернативная гражданская служба: список профессий и места прохождения 3 Какие факторы влияют на прохождение альтернативной службы 4 Прохождение альтернативной службы на рабочем месте 5 Инфографика «Что такое альтернативная гражданская служба» 6 Видео-инструкция «Альтернативная гражданская служба: условия и требования»	
		Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества. I.Тема Изучение примеров героизма и войскового товарищества российских воинов. II. Цель. Закрепление знаний о героизме, войсковом товариществе и приобретение практических умений при работе с учебником. III. Задачи. Изучить материал учебника. Составить тезисный конспект Ответить на контрольные вопросы. IV. Время выполнения 2ч. V. Оборудование. VI. Задание. 1.Прочитать материал учебника ОБЖ стр. 103-105, 117-120 2. Составить тезисный конспект. 3. Ответить на вопросы. VII Контрольные вопросы. Назовите основные понятия и определения патриотизма российского гражданина и воина. В чем выражается воинский долг военнослужащих ВС РФ? Каково значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений? VIII. Литература. Смирнов, А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности 10 класс [Текст] : учебник для учащихся 10 класса / А. Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В. А. Васнев. – М. : Просвещение, 2008. – 161 с.	

Примечание: ПР- практическая работа, ЛР- лабораторная работа; Т – тестирование, Р – написание реферата, У – устный опрос, КР – контрольная работа

2.4.4 Содержание самостоятельной работы

Темы рефератов, докладов с компьютерной презентацией, сообщений

1. Задачи системы гражданской обороны промышленного объекта. Силы

и средства, обеспечивающие безопасность объектов. Функции и задачи служб ГО в условиях чрезвычайных ситуаций на предприятиях экономики.

2. Ядерное оружие, его поражающие факторы, зоны разрушения, степени разрушения зданий, сооружений, технических и транспортных средств. Зоны радиоактивного заражения при ядерных взрывах. Воздействие радиации на технические средства. Возможные поражения людей при ядерном взрыве. Планируемые спасательные и другие неотложные работы в зоне очага ядерного поражения.
3. Химическое оружие. Классификация и токсикологические характеристики отравляющих веществ. Зоны заражения и очаги поражения.
4. Биологическое оружие. Способы нанесения удара. Карантин человека, попавшего в зону действия бактериологического оружия. Способы защиты.
5. Обычные средства поражения. Вакуумный боеприпас, лазерное оружие, напалм, психотропное оружие.
6. Объектовые невоенизированные формирования, обучение и действия в условиях чрезвычайных ситуаций.
7. Защитные сооружения гражданской обороны. Классификация, оборудование и системы обеспечения убежищ, противорадиационные укрытия, требования к ним.
8. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.
9. Первая помощь пострадавшим от механических повреждений.
10. Первая помощь пострадавшим от химических и тепловых поражений.
11. Помощь пострадавшим от действия электрического тока, обморожения и отравления.
12. Спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения. Характеристика основных видов аварийных работ на объектах экономики в связи с повреждением их в результате чрезвычайных ситуаций.
13. Эвакуация из опасных районов в мирное и военное время. Эвакуационные мероприятия и порядок их выполнения. Силы и средства, привлекаемые к работам. Основное содержание работ по организации эвакуации и порядок их выполнения в условиях чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.
14. Особенности спасательных, других неотложных работ в условиях радиоактивного, химического, бактериологического заражения, при взрывах, пожарах и других чрезвычайных ситуациях.
15. История создания Вооруженных сил РФ. Организационная структура ВС. Виды ВС, рода войск. История их создания и предназначение.
16. Функции и основные задачи современных ВС РФ, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа ВС.
17. Боевые традиции, символы воинской чести, ритуалы ВС.

2.4.5 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

На самостоятельную работу обучающихся отводится 29 часов учебного времени.

№	Наименование раздела, темы, вида СРС	Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины по выполнению самостоятельной работы
1	2	3
1.	**Раздел 1.** Введение. Основы безопасности жизнедеятельности, основные понятия, термины и определения. 1. Обеспечение личной безопасности на дорогах. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре. 2. Обеспечение личной безопасности на водоёмах в разное время года. Безопасный отдых у воды. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. 3. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом и средствами бытовой химии. Меры безопасности при работе с инструментами. Безопасность и компьютер.	1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для СПО / С. В. Абрамова [и др.] ; под общ. ред. В. П. Соломина. — М. : Издательство Юрайт, 2015. — 399 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/2F40D2AA-52CE-458E-9A2C-42B3296275F1.
2.	**Раздел 2**. Государственная система обеспечения безопасности населения **1.** Привести пример ЧС, дать характеристику 2. Составить схему ГО объекта 3. Составление схемы «Поражающие факторы ядерного взрыва» 4. Зарисовать образование радиоактивного следа	
3.	**Раздел** 3. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи **1.** ПМП при механических травмах. Правила наложения шины при переломах 2. Составление характеристики различных видов ран 3. Правила остановки артериального кровотечения. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего. Первая помощь при острой сердечной недостаточности	
4.	**Раздел 4.** Основы здорового образа жизни **1.** Инфекции, передаваемые половым путём (ИППП), пути их передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики. 2. Семья в современном обществе. Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанности родителей. 3. Составить режим дня студента	
5.	**Раздел 5**. Основы обороны государства **1.** Состав Вооружённых Сил Российской Федерации и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации 2. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ — закон воинской жизни Общевоинские уставы — нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ, Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил РФ, Дисциплинарный устав Вооруженных Сил РФ, Строевой устав	

	Вооруженных Сил РФ, их предназначение и основные положения**.**	

Кроме перечисленных источников учащийся может воспользоваться поисковыми системами сети Интернет по теме самостоятельной работы.

Началом организации любой самостоятельной работы должно быть привитие навыков и умений грамотной работы с учебной и научной литературой. Этот процесс, в первую очередь, связан с нахождением необходимой для успешного овладения учебным материалом литературой. Учащийся должен уметь пользоваться фондами библиотек и справочно-библиографическими изданиями.

Методические указания для самостоятельной работы обучающихся

Самоподготовка

Самоподготовка имеет решающее значение для развития самостоятельности как одной из ведущих черт личности специалиста и выступает средством, обеспечивающим для студентов:

- сознательное и прочное усвоение знаний по предмету;
- овладение способами и приемами самообразования;
- развитие потребности в самостоятельном пополнении знаний.

Самоподготовка способствует формированию высокой культуры умственного труда, приобретению приемов и навыков самостоятельной работы, умений разумно расходовать и распределять свое время, накапливать и усваивать необходимую для успешного обучения и профессионального становления информацию. Она развивает у студентов такие качества, как организованность, дисциплинированность, инициативность, волю; вырабатывает мыслительные умения и навыки (анализ, синтез, сравнение, сопоставление и др.), учит самостоятельному мышлению, позволяет сформировать свой собственный стиль работы, наиболее полно соответствующий личным склонностям и познавательным навыкам студента.

3 ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В учебном процессе наряду с традиционными образовательными технологиями используются компьютерное тестирование, тематические презентации, интерактивные технологии.

3.1.Образовательные технологии при проведении лекций

№	Тема	Виды применяемых образовательных технологий	Кол-во час
1	2	3	4
1	«Безопасность жизнедеятельности – дисциплина XXI века» Основные виды потенциальных опасностей и их последствия	Информационно-объяснительная лекция, проблемное изложение	2
2	Общая характеристика опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; правила безопасного поведения	Повествовательная лекция, проблемное изложение	2
3	Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий ЧС	Лекция-беседа, проблемное изложение	2
4	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций(РСЧС), ее структура и задачи	Информационно-объяснительная лекция, проблемное изложение	2
5	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны	Повествовательная лекция, проблемное изложение	2
6	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	Информационно-объяснительная лекция, проблемное изложение	2
7	Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	Информационно-объяснительная лекция, проблемное изложение	2
8	Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях	Повествовательная лекция, проблемное изложение	2
9	Производственный травматизм, меры профилактики, оказание первой медицинской помощи при травмах	Лекция-беседа, проблемное изложение	2
10	Первая медицинская помощь при массовых поражениях	Лекция-беседа, проблемное изложение	2
11	Здоровый образ жизни, основные понятия и определения. Критерии здоровья	здоровьесберегающее обучение	2
12	Режим труда и отдыха. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека	здоровьесберегающее обучение	2
13	Рациональное питание и его значение для здоровья человека. Гигиена питания	здоровьесберегающее обучение	2
14	Нравственность и здоровье, формирование правильного взаимоотношения полов. Правило личной гигиены	Лекция-беседа, проблемное изложение	2

15	Национальная безопасность и национальные интересы России	Повествовательная лекция, проблемное изложение	2
16	Военная служба и ее особенности	Информационно-объяснительная лекция, проблемное изложение	2
18	Воинские символы Вооруженных Сил Российской Федерации	Информационно-объяснительная лекция, проблемное изложение	2
		Итого по курсу	34
		в том числе интерактивное обучение*	34

3.2.Образовательные технологии при проведении практических занятий

№	Тема занятия	Виды применяемых образовательных технологий	Кол. час
1.	Автономное пребывание человека в природной среде	решение ситуативных и производственных задач	2
2.	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях	решение ситуативных и производственных задач	2
3.	Действия населения при пожаре. Обеспечение личной безопасности при пожаре	анализ конкретных ситуаций	2
4.	Экологическая и производственная безопасность технических систем и технологических процессов	интерактивное обучение	2
5.	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	интерактивное обучение	2
6.	Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях	анализ конкретных ситуаций	2
7.	Организация гражданской обороны на промышленном (сельскохозяйственном) объекте. Цели и задачи гражданской обороны по обеспечению устойчивости функционирования объекта экономики	интерактивное обучение	2
8.	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения	интерактивное обучение	2
9.	Знакомство с устройством убежища	презентация	2
10.	Наложение повязок при ранениях различных частей тела	интерактивное обучение	2
11.	Отличительные особенности механических травм – переломы, растяжения связок, вывихи, ушибы (составление таблицы)	интерактивное обучение	2

12.	Первая помощь при неотложных состояниях	интерактивное обучение	2
13.	Вредные привычки, их влияние на здоровье человека. Профилактика вредных привычек	интерактивное обучение	2
14.	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. Основные понятия о биологических ритмах человека, их влияние на уровень жизнедеятельности человека, профилактика утомления.	интерактивное обучение	2
15.	Просмотр фильма о рациональном питании	аудиовизуальная технология	2
16.	Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета.	интерактивное обучение	2
17.	Альтернативная гражданская служба	презентация	2
18.	Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.	презентация	2
		Итого по курсу	36
		в том числе интерактивное обучение*	20

4 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Специализированная мебель и системы хранения (доска классная, стол и стул учителя, столы и стулья ученические, шкафы для хранения учебных пособий, сейф оружейный, системы хранения таблиц и плакатов);

технические средства обучения (рабочее место учителя: компьютер учителя, видеопроектор, экран, лицензионное ПО);

демонстрационные учебно-наглядные пособия (таблицы демонстрационные, стенды, плакаты,

противогазы ГП-7, респираторы Р-2, компас-азимут, армейская плащ-палатка, бинокль, дозиметр бытовой);

оборудование для оказания первой помощи (пакеты ИПП-1, жгуты кровоостанавливающие, индивидуальные противохимические пакеты ИПП-11, сумка санитарная, носилки плащевые, тренажер сердечно-легочной и мозговой реанимации пружинно-механический с индикацией правильности выполнения действий- торс, комплект шин складных средний;

электронные средства обучения (комплект видеофильмов).

4.2 Перечень необходимого программного обеспечения

- Операционная система Microsoft Windows 10 (контракт №102-АЭФ/2015 от 05.08.2015, корпоративная лицензия);
- Пакет программ Microsoft Office Professional Plus (контракт №102-АЭФ/2015 от 05.08.2015, корпоративная лицензия);
- Антивирусное программное обеспечение: ESET NOD32 Smart Security Business Edition renewal for 1790 user (контракт № 103-АЭФ/2015 от 29.07.2015);
- 7-zip GNULesser General Public License (свободное программное обеспечение, не ограничено, бессрочно);
- Интернет браузер Google Chrome (бесплатное программное обеспечение, не ограничено, бессрочно);
- K-Lite Codec Pack — универсальный набор кодеков (кодировщиков-декодировщиков) и утилит для просмотра и обработки аудио- и видеофайлов (бесплатное программное обеспечение, не ограничено, бессрочно);
- WinDjView – программа для просмотра файлов в формате DJV и DjVu (свободное программное обеспечение, не ограничено, бессрочно);
- Foxit Reader — прикладное программное обеспечение для просмотра электронных документов в стандарте PDF (бесплатное программное обеспечение, не ограничено, бессрочно);

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Основная литература

1.Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для СПО / С. В. Абрамова [и др.] ; под общ. ред. В. П. Соломина. — М. : Издательство Юрайт, 2015. — 399 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/2F40D2AA-52CE-458E-9A2C-42B3296275F1.

5.2. Дополнительная литература

1. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для СПО / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2015. — 313 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-04629-8. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/F1F91CBF-FB4C-4883-87AA-40CC2D9663AF.

5.3. Периодические издания

1. Журнал «Технологии гражданской безопасности»
2. Журнал «Безопасность жизнедеятельности»
3. Базы данных компании «Ист Вью» (http://dlib.eastview.com).

5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Министерство образования и науки Российской Федерации (http://минобрнауки.рф/);
2. Федеральный портал "Российское образование" (http://www.edu.ru/);
3. Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" (http://window.edu.ru/);
4. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (http://school-collection.edu.ru/);
5. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (http://fcior.edu.ru/);
6. Образовательный портал "Учеба" (http://www.ucheba.com/);
7. Проект Государственного института русского языка имени А.С. Пушкина "Образование на русском" (https://pushkininstitute.ru/);
8. Научная электронная библиотека (НЭБ) (http://www.elibrary.ru);
9. Национальная электронная библиотека (http://нэб.рф/);
10. КиберЛенинка (http://cyberleninka.ru/).
11. Справочно-информационный портал "Русский язык" (http://gramota.ru/);
12. Служба тематических толковых словарей (http://www.glossary.ru/);
13. Словари и энциклопедии (http://dic.academic.ru/);
14. Консультант Плюс - справочная правовая система (доступ по локальной сети)

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение дисциплины предусматривает следующие виды учебных занятий:

1. Лекция.

Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.

2. Семинарские/ практические занятия.

Практические занятия служат для закрепления изученного материала, развития умений и навыков подготовки рефератов, приобретения опыта устных публичных выступлений, ведения дискуссии, аргументации и защиты выдвигаемых положений, а также для контроля преподавателем степени подготовленности студентов по изучаемой дисциплине.

При подготовке к практическому занятию студенты имеют возможность воспользоваться консультациями преподавателя.

При подготовке к практическим занятиям необходимо:

– приносить с собой рекомендованную преподавателем литературу к конкретному занятию;

– до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал, соответствующей темы занятия;

– в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения;

– в ходе семинара давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов;

– на занятии доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

На семинаре очень важно выслушать вступительное слово преподавателя, уяснить цель и задачи семинарского занятия. Следует внимательно слушать выступления своих сокурсников и быть готовым выступить с дополнением, высказать своё понимание проблемы. Желательно, чтобы выступление на семинаре было свободным, аргументированным. В ходе дискуссии необходимо обозначить основные проблемы рассматриваемой темы, дать обоснования. Выступление по основному вопросу семинара не должно превышать 10–15 минут. Дополнения могут занимать до 5 минут. Количество дополнений и вопросов к выступающему не ограничено. Материал курса может быть хорошо усвоен лишь в том случае, если его изучение будет проводиться регулярно, систематически, дозировано и ритмично, в течение всего семестра.

Важнейшим этапом курса является самостоятельная работа по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности».

Требования к написанию реферата

Реферат – первая ступень на пути освоения навыков проведения научно-

исследовательской работы. Он представляет собой научно-исследовательскую работу теоретического характера, первый шаг на пути к дипломному проектированию. Прежде чем проводить собственное экспериментальное исследование, необходимо сориентироваться в проблеме и ознакомиться с опубликованными научными данными. Для этого и служит реферат – работа с источниками информации по анализу, сравнению и обобщению данных, полученных другими исследователями по выбранной теме. Важно, что в процессе написания реферата формируется собственный взгляд на проблему.

1. Содержание реферата

Реферат содержит название, оглавление, введение, основную часть, выводы, заключение и список использованной литературы. Название реферата располагается на первом, титульном листе. В названии должна быть отражена суть рассматриваемой проблемы. В нем содержатся ключевые слова (наименования психологических понятий и явлений), связанные с изучаемой проблемой, и указания на тематические рамки, которыми вы собираетесь ограничиться в работе. Оглавление помещается на второй странице реферата и отражает его. После цифр, обозначающих главу или параграф, указываются их названия. Обязательно следует указать номера страниц разделов. На самой странице с оглавлением, как и на титульном листе, номер не проставляется. Во Введении необходимо рассмотреть актуальность темы с точки зрения современной науки, нынешнего состояния общества и культуры. Следует указать место обозначенной проблемы среди других, как частных, так и более общих, а также избранное вами направление ее рассмотрения. Введение оканчивается формулированием цели и задач вашего исследования. Цель реферата может заключаться в том, чтобы обобщить или сравнить различные подходы к рассмотрению проблемы, выявить наименее или наиболее изученные ее стороны, показать основной смысл исследовательского направления, наметить пути его дальнейшего развития. Задачи (их может быть несколько) отражают более детальное рассмотрение цели. В качестве задач могут выступать: анализ литературы по избранной теме, сравнение различных подходов к решению проблемы, исторический обзор, описание основных понятий исследования и т.д.

Основная часть посвящена самому исследованию. В ней, в соответствии с поставленными задачами, раскрывается тема реферата. Здесь нужно проследить пути решения поставленной проблемы. Это делается с помощью цитирования и пересказа текста используемых вами литературных источников. Собственные слова, как правило, здесь нужны для смысловых связок и для высказывания своего отношения к позиции автора. При подготовке реферата важно научиться выделять главное в текстах первоисточников, с которыми вы работаете. Прежде всего, надо понять название монографии или статьи, потому что именно в нем, как правило, концентрируется основная идея автора. Затем посмотреть оглавление и предметный указатель (чтобы понять, есть ли в книге то, что вам нужно). Потом следует найти те части текста, которые содержат ключевые положения изучаемой научной проблемы, причем изложить не только выводы авторов, но и те исследования, которые к ним привели. Для написания Основной части требуется особенно тщательно выделять из прочитанных научных текстов главные положения, относящиеся к проблеме, а затем кратко, логично и литературно грамотно их излагать. Текст, взятый у другого автора без обозначения ссылки, считается плагиатом. Основная часть может представлять собой цельный текст, а может состоять из нескольких параграфов, начинающихся пронумерованным подзаголовками. Для иллюстрации основного содержания можно использовать рисунки, схемы, графики, таблицы.

Выводы завершают основную часть. В них кратко излагаются основные результаты работы по пунктам, соответствующим задачам исследования и отражается ваше мнение о результатах сравнения или обобщения позиций авторов. В Выводах должно быть показано, что цель вашего исследования достигнута. Заключение представляет собой общий итог работы с кратким перечислением выполненных вами этапов исследования.

Библиография. Поиск необходимой научной литературы является важнейшей частью выработки навыков самостоятельной научной работы студента и базовой основой любого

научного исследования. Для этого требуется умение поиска информации по темам, ключевым словам и фамилиям авторов в библиотеке своего вуза, в городских библиотеках, на прилавках специализированных отделов книжных магазинов, в Интернете. На сайтах Интернета можно найти новые, только что изданные книги, статьи. Список использованной литературы должен быть выстроен в алфавитном порядке.

2. Оформление реферата

Реферат обычно содержит 10-12 страниц печатного текста (или 15-20 страниц рукописного текста). Количество страниц зависит от объективной сложности раскрытия темы и доступности литературных источников. Формат бумаги А4, кегль 14, межстрочный интервал 1,5. Поля: слева - 3см, справа – 1,5 см, сверху – 2 см, снизу – 2см. Оглавление, Введение, Заключение, Выводы, Литература обычно занимают по 1 –2 странице. Первый лист реферата — титульный. На титульном листе и оглавлении номера страниц не ставятся, хотя и учитываются. Начиная с Введения, номер проставляется в правом верхнем углу страницы.

3. Критерии оценки реферата

При написании реферата надо учитывать, что, оценивая реферат, преподаватель обычно использует следующие критерии:

- умение сформулировать цель работы;
- умение подобрать научную литературу по теме;
- полнота и логичность раскрытия темы;
- самостоятельность мышления;
- стилистическая грамотность изложения;
- корректность выводов;
- правильность оформления работы.

Требования к подготовке доклада

- Необходимо выбрать в библиотеке литературу по теме.
- Изучить литературу, составить план отдельных разделов.
- Составь план доклада (систематизация полученных сведений, выводы и обобщения).
- При оформлении доклада использовать рисунки, схемы и др.
- Время для зачитывания доклада – 5-10 минут.

Требования к компьютерной презентацией:

Серией слайдов студент передаёт содержание темы своего исследования, её главную проблему и социальную значимость. Слайды позволяют значительно структурировать содержание материала и, одновременно, заостряют внимание на логике его изложения. Происходит постановка проблемы, определяются цели и задачи, формулируются вероятные подходы её разрешения. Слайды презентации должны содержать логические схемы реферируемого материала.

Студент при выполнении работы может использовать картографический материал, диаграммы, графики, звуковое сопровождение, фотографии, рисунки и другое. Каждый слайд должен быть аннотирован, то есть он должен сопровождаться краткими пояснениями того, что он иллюстрирует. Во время презентации студент имеет возможность делать комментарии, устно дополнять материал слайдов. После проведения демонстрации слайдов студент должен дать личную оценку значимости изученной проблемной ситуации и ответить на заданные вопросы.

Роль студента: изучить материалы темы, выделяя главное и второстепенное; установить логическую связь между элементами темы; представить характеристику элементов в краткой форме; выбрать опорные сигналы для акцентирования главной информации и отобразить в структуре работы; оформить работу и предоставить к установленному сроку.

Критерии оценки компьютерной презентации:

– оценка «отлично» выставляется студенту, если актуальность выбранной темы представлена и подтверждена примерами из литературы и практики. Презентация четко

структурирована и логично иллюстрирует содержание рассматриваемой темы, в ней представлены различные форматы: текстовые, табличные, рисунки, диаграммы и т.п., а также анимация и эффекты.

– оценка «хорошо» выставляется студенту, если актуальность темы четко выражена, но слабо подтверждена примерами из литературы или практики. Попытки представить убедительные доводы есть, но они недостаточны. Нечетко структурировано изложение. Содержание изучаемой проблемы раскрыто полно, логично. Определена система рассматриваемых понятий. Презентация четко и логично иллюстрирует содержание рассматриваемой темы, в ней представлены различные форматы: текстовые, рисунки, а также анимация и эффекты.

– оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если актуальность выбранной темы представлена недостаточно. Недостаточная убедительность представленных доводов. Большая привязка к тексту. Отношение к представляемой теме недостаточно выражено. Раскрыто содержание изучаемой проблемы. Определена система рассматриваемых понятий. Презентация составлена в текстовом формате, без анимации, эффектов. Бакалавр неэффективно использует мультимедийные средства;

– оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он не предоставил работу.

Зачет, на котором студент должен продемонстрировать компетентности в области межличностного общения, умение анализировать конфликтные ситуации между участниками педагогического процесса.

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная учебная работа (консультации) – дополнительное разъяснение учебного материала.

Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья.

7. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ

7.1. Паспорт фонда оценочных средств

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1.	Введение. «Основы безопасности жизнедеятельности – дисциплина XXI века»		устный опрос тест
2.	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях		устный опрос тест
3.	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи		презентация, практическая работа
4.	Основы здорового образа жизни		реферат
5.	Основы обороны государства		тест

7.2. Критерии оценки знаний

1. Критерии оценки по реферату:

– оценка «отлично» выставляется студенту, если выбранная тема актуальна, в тексте она представлена логично, полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы. умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал Выражено свое отношение к теме и описаны собственные оригинальные идеи. Привлечены новейшие работы по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.). Требования к оформлению реферата соблюдены. Выдержан литературный стиль. Отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей;

– оценка «хорошо» выставляется студенту, если выражена актуальность выбранной темы. Логичность изложения. Тема раскрыта недостаточно полно. Объем соответствует требованиям к данному виду работ. Недостаточно аргументированы собственные идеи. Требования к оформлению реферата соблюдены. Выдержан литературный стиль. Отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей;

– оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если: выбранная тема актуальна, но недостаточно полно раскрыта. Объем не соответствует требованиям к данному виду работ. Слабо отражены собственные идеи, но текст выстроен логично и последовательно. Требования к оформлению реферата соблюдены частично. Не выдержан литературный стиль. Присутствуют орфографические и синтаксические ошибки, стилистические погрешности;

– оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он не предоставил работу.

2. Критерии оценки компьютерной презентации:

– оценка «отлично» выставляется студенту, если актуальность выбранной темы представлена и подтверждена примерами из литературы и практики. Презентация четко структурирована и логично иллюстрирует содержание рассматриваемой темы, в ней представлены различные форматы: текстовые, табличные, рисунки, диаграммы и т.п., а также анимация и эффекты.

– оценка «хорошо» выставляется студенту, если актуальность темы четко выражена, но слабо подтверждена примерами из литературы или практики. Попытки представить убедительные доводы есть, но они недостаточны. Нечетко структурировано изложение. Содержание изучаемой проблемы раскрыто полно, логично. Определена система рассматриваемых понятий. Презентация четко и логично иллюстрирует содержание рассматриваемой темы, в ней представлены различные форматы: текстовые, рисунки, а также анимация и эффекты.

– оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если актуальность выбранной темы представлена недостаточно. Недостаточная убедительность представленных доводов. Большая привязка к тексту. Отношение к представляемой теме недостаточно выражено. Раскрыто содержание изучаемой проблемы. Определена система рассматриваемых понятий. Презентация составлена в текстовом формате, без анимации, эффектов. Бакалавр неэффективно использует мультимедийные средства;

– оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он не предоставил работу.

3. Критерии оценки устного опроса (коллоквиумов/собеседования):

–оценка «отлично» выставляется студенту, если он глубоко изучил учебный материал и литературу по проблеме, последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы;

–оценка «хорошо» выставляется студенту, если он твердо знает материал и отвечает без наводящих вопросов, разбирается в литературе по проблеме;

–оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он знает лишь основной материал, путается в литературе по проблеме, а на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно;

–оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он не усвоил основного материала, не смог достаточно полно и правильно ответить на поставленные вопросы, не знает литературы по проблеме.

6. Критерии оценки к тестам:

- оценка «отлично» выставляется студенту, если он правильно ответил на все вопросы теста;

– оценка «хорошо» выставляется студенту, если он правильно ответил не менее на 80% вопросов теста;

– оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он правильно ответил на более 50% вопросов теста;

– оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он не ответил на большинство вопросов теста – более 70%.

7.3. Оценочные средства для проведения текущей аттестации

Текущий контроль может проводиться в форме:
-индивидуальный устный опрос
-тестирование

Форма аттестации	Знания	Умения	Практический опыт (владение)	Личные качества обучающегося	Примеры оценочных средств
Тестировани е	Контроль знаний по определенн	Оценка умения различать конкретные	Решать задачи на основе приобретенных	Оценка способности оперативно и качественно	тест

	ым проблемам	понятия	знаний, умений и навыков, с их применением в нетипичных ситуациях, формируемые в процессе получения опыта деятельности и умение передать этот опыт.	отвечать на поставленные вопросы	
Устный опрос по темам	Контроль знаний по определенным проблемам	Оценка умения различать конкретные понятия	Оценка навыков работы с литературными источниками	Оценка способности оперативно и качественно отвечать на поставленные вопросы	Контрольные вопросы по темам прилагаются

Примерные тестовые задания:

1 вариант

1. РСЧС создана с целью:
а) прогнозирования ЧС на территории РФ и организации проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ;
б) объединения усилий органов власти, организаций и предприятий, их сил и средств в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;
в) первоочередного жизнеобеспечения населения, пострадавшего в чрезвычайных ситуациях на территории Российской Федерации.
2. Ядерное оружие — это:
а) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землей (под водой);
б) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании светового излучения за счет возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, включающей ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи;
в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.
3. От каких поражающих факторов оружия массового поражения защищает убежище:
а) от всех поражающих факторов ядерного взрыва;
б) от всех поражающих факторов ядерного взрыва, от химического и бактериологического оружия;
в) от химического и бактериологического оружия, а также радиоактивного заражения;
г) от ударной волны ядерного взрыва и обычных средств поражения.
4. В развитии инфекционного заболевания прослеживаются несколько последовательно сменяющихся периодов. Что это за периоды? Выберите правильный ответ:
а) начальный период, период инфицирования, опасный период, пассивный период, заключительный период;
б) пред инкубационный период, острое развитие болезни, пассивный период, выздоровление;
в) скрытый (инкубационный) период, начало заболевания, активное проявление болезни, выздоровление.
5. Причинами переутомления являются:
а) продолжительный сон и продолжительный активный отдых;
б) неправильная организация труда и чрезмерная учебная нагрузка;

в) позднее пробуждение после сна, отказ от завтраков и прогулок.
6. Признаками алкогольного отравления являются:
а) головокружение, тошнота и рвота, уменьшение сердечных сокращений и понижение артериального давления, возбуждение или депрессивное состояние;
б) пожелтение кожи, ухудшение слуха, отсутствие реакции зрачков на свет, улучшение аппетита, снижение иммунитета;
в) отсутствие речи, повышение температуры тела и артериального давления.

7. Повреждение целостности тканей и нарушение функций, сопровождающиеся местной или общей реакцией организма, вызванное воздействием на человека факторов внешней среды, — это: а) рана; б) ушиб; в) травма.
8. Если кровотечение сопровождается излиянием крови во внутренние органы, полости и ткани, то оно называется:
а) полостным; б) внутренним; в) закрытым.
9. Что необходимо сделать с раной перед наложением давящей повязки:
а) обработать рану перекисью водорода или слабым раствором марганцовки;
б) промыть рану водой и обработать ее зеленкой;
в) обработать рану йодом.
10. Какова последовательность оказания первой помощи при ушибах:
а) на место ушиба приложить теплую грелку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение;
б) на место ушиба наложить холод, тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение;
в) на место ушиба нанести йодную сетку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение.
11. Повреждение тканей, возникающее при повышении их температуры свыше 50 °С, — это:
а) тепловой удар; б) солнечный удар; в) ожог.
12. Признаками перелома являются:
а) нарушение функции конечности, сильная боль при попытке движения ею, деформация и некоторое ее укорочение, подвижность костей в необычном месте;
б) тошнота и рвота, нарушение функции конечности, ее деформация и подвижность;
в) временная потеря зрения и слуха, появление сильной боли при попытке движения конечностью.
13. Одной из составляющих здорового образа жизни является:
а) малоподвижный образ жизни;
б) небольшие и умеренные физические нагрузки;
в) оптимальный уровень двигательной активности;
г) курение и употребление алкоголя в небольших количествах.
14. Как называется выход из строя людей при ЧС из-за гибели, травм и болезней?
а) ущерб;
б) потери.
15. Что положено в основу классификации чрезвычайных ситуаций по масштабам?
а) сложность обстановки;
б) количество пострадавших людей и размеры зон поражения;
в) тип и вид событий, лежащих в основе чрезвычайной ситуации.
16. Как называется стихийное бедствие особо крупных масштабов и с наиболее тяжелыми последствиями, сопровождающееся необратимым изменением ландшафта?
а) неблагоприятным природным явлением;
б) стихийным бедствием;
в) природной катастрофой.
17. Как производится оценка устойчивости работы объекта экономики?
а) отдельно по каждому виду ЧС;

б) отдельно по каждому поражающему фактору;
в) отдельно по каждому виду ЧС и поражающему фактору, а также по их совокупности

2 вариант

1. Введение гражданской обороны на территории Российской Федерации или в отдельных ее местностях начинается:
а) с началом объявления о мобилизации взрослого населения;
б) с момента объявления или введения Президентом Российской Федерации чрезвычайного положения на территории Российской Федерации или в отдельных ее местностях;
в) с момента объявления состояния войны, фактического начала военных действий или введения Президентом Российской Федерации военного положения на территории Российской Федерации или в отдельных ее местностях.
2. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:
а) ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электромагнитный импульс;
б) избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва, облако, зараженное отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра, изменение состава атмосферного воздуха;
в) резкое понижение температуры окружающей среды, понижение концентрации кислорода в воздухе, самовозгорание веществ и материалов в зоне взрыва, резкое увеличение силы тока в электроприборах и электрооборудовании.
3. Бактериологическое оружие — это:
а) специальные боеприпасы и боевые приборы, снаряжаемые биологическими средствами, предназначенными для массового поражения живой силы, сельскохозяйственных животных и посевов сельскохозяйственных культур;
б) специальное оружие, применяемое для массового поражения сельскохозяйственных животных и источников воды;
в) оружие массового поражения людей на определенной территории.
4. Пассивный курильщик — это человек:
а) находящийся в одном помещении с курильщиком;
б) выкуривающий до двух сигарет в день;
в) выкуривающий одну сигарету натощак.
5. Артериальное кровотечение возникает при:
а) повреждении какой-либо артерии при глубоком ранении;
б) поверхностном ранении в случае повреждения сосуда;
в) неглубоком ранении в случае повреждения любого из сосудов.
6. Способ остановки кровотечения приданием возвышенного положения поврежденной конечности главным образом применяется при:
а) любых ранениях конечности;
б) поверхностных ранениях в случае венозного кровотечения;
в) смешанном кровотечении.
7. Какова последовательность оказания первой помощи при растяжении:
а) наложить тугую повязку на поврежденное место, обеспечить покой поврежденной конечности, опустив ее как можно ниже к земле, и доставить пострадавшего в медицинское учреждение;
б) приложить холод и наложить тугую повязку на поврежденное место, обеспечить покой поврежденной конечности, придать ей возвышенное положение и доставить пострадавшего в медицинское учреждение;
в) нанести йодную сетку на поврежденное место, обеспечить покой поврежденной конечности, придать ей возвышенное положение и доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

8. При ожоге необходимо:
а) убрать с поверхности тела горячий предмет, срезать ножницами одежду, на поврежденную поверхность на 5—10 минут наложить холод, здоровую кожу вокруг ожога продезинфицировать, на обожженную поверхность наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение;
б) убрать с поверхности тела горячий предмет, срезать ножницами одежду, поврежденную поверхность смазать йодом, а затем маслом, наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение;
в) убрать с поверхности тела горячий предмет, не срезая ножницами одежды, залить обожженную поверхность маслом, наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение.
9.. При открытом переломе прежде всего необходимо:
а) дать обезболивающее средство;
б) провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она находится в момент повреждения;
в) на рану в области перелома наложить стерильную повязку;
г) остановить кровотечение.
10. При поступлении АХОВ в организм человека через рот прежде всего необходимо:
а) промыть желудок;
б) прополоскать рот водой;
в) очистить кишечник;
г) ввести абсорбенты.
11. Солнечные ванны летом лучше всего принимать:
а) до полудня;
б) утром;
в) после полудня; г)вечером.
12. Что понимают под ликвидацией чрезвычайных ситуаций?
а) аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводящиеся при возникновении чрезвычайной ситуации;
б) заблаговременную подготовку сил и средств РСЧС к действиям при угрозе и возникновении чрезвычайной ситуации;
в) создание материально-технических и финансовых резервов для жизнеобеспечения населения в условиях чрезвычайной ситуации.
13. Как называется совокупность органов управления, сил и средств, предназначенных для решения конкретных задач по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций?
а) гражданскими организациями ГО;
б) аварийно-спасательными формированиями;
в) аварийно-спасательной службой.
14. Как называется способность всего инженерно-технического комплекса предприятия противостоять поражающим факторам чрезвычайных ситуаций?
а) устойчивость объекта экономики;
б) устойчивость функционирования объекта экономики.
15. На каком этапе начинается исследование устойчивости объекта?
а) при возникновении угрозы военных действий;
б) в ходе эксплуатации;
в) на стадии проектирования.
16. Принимается ли в расчет при оценке устойчивости работы объекта экономики характер прилегающей местности и метеорологические условия района?
а) да;
б) нет.
17. Что представляет для России наибольшую опасность?
а) смерчи;

б) наводнения;
в) землетрясения;
г) оползни и обвалы.

Тест к 5 разделу тематического плана дисциплины

1. В каком возрасте граждане мужского пола подлежат постановке на первоначальный воинский учет?

1. По достижении 17 лет. 2. По достижении 18 лет. 3. В год достижения 17 лет.

2. В какой срок гражданин, состоящий на воинском учете, должен сообщить в военный комиссариат по месту учета сведения об окончании средней школы?

1. В недельный срок 2. В двухнедельный срок. 3. В месячный срок.

3. Что предусматривает обязательная подготовка граждан к военной службе?

1.Получение начальных знаний в области обороны.
2.Занятие военно-прикладными видами спорта.
3.Обучение по программе подготовки офицеров запаса.

4. Какое из заключений медицинской комиссии военкомата дает право на отсрочку от призыва граждан на военную службу по состоянию здоровья?

1.Временно не годен к военной службе.
2.Ограниченно годен к военной службе.
3.Годен к военной службе с незначительными ограничениями.

5. Кто из перечисленных ниже граждан освобождается от призыва на военную службу?

1.Имеющие ребенка, воспитываемого без матери.
2.Проходящие или прошедшие альтернативную гражданскую службу.
3.Имеющие двух и более детей.

6. Сроки призыва граждан на военную службу в первом полугодии:

1. С 7 января по 30 марта. 2. С 1 марта по 30 мая. 3. С 1 апреля по 30 июня.

7. Каковы сроки военной службы для военнослужащих, проходящих военную службу по призыву?

1. 72 месяцев. 2. 12 месяцев. 3. 36 месяцев.

8. Каковы сроки военной службы для военнослужащих, проходящих военную службу по контракту?

1. 24 месяца.
2. 36 месяцев.
3. Срок, указанный в контракте о прохождении военной службы.

9. По результатам медицинского освидетельствования от призыва на военную службу освобождаются граждане:

1. Годные к военной службе с незначительными ограничениями.
2. Ограниченно годные к военной службе.
3. Временно негодные к военной службе.

10. Призыв граждан на военную службу осуществляется на основании:

1. Постановления Правительства РФ. 2. Постановления Государственной Думы.
3. Указа Президента РФ.

11. По достижении какого возраста гражданин мужского пола, состоящий или обязанный состоять на воинском учете, подлежит призыву на военную службу?

1. 17 - 25 лет. 2. 18 - 25 лет. 3. 18 - 27 лет.

12. Кому из перечисленных ниже граждан дается отсрочка от призыва на военную службу?

1. Имеющие ученую степень кандидата или доктора наук.
2. Признанные ограниченно годными к военной службе по состоянию здоровья.
3. Имеющие ребенка в возрасте до трех лет.

13. Сроки призыва граждан на военную службу во втором полугодии:

1. С 1 июля по 30 сентября. 2. С 1 сентября по 30 ноября.
3. С I октября по 31 декабря.

14. Решение о призыве граждан на военную службу может быть принято:
1. После достижения ими возраста 17 лет. 2. В год достижения ими возраста 18 лет.
3.После достижения ими возраста 18 лет.
15. Каковы сроки военной службы для военнослужащих, окончивших образовательные учреждения высшего, профессионального образования, проходящих военную службу по призыву?
1. 12 месяцев. 2. 18 месяцев. 3. 24 месяца.
16. Каковы сроки военной службы для военнослужащих, имеющих воинское звание офицера и призванных на военную службу?
1. 72 месяцев. 2. 24 месяца. 3. 36 месяцев.
17. Можно ли военнослужащего привлекать к участию в боевых действиях до приведения его к военной присяге?
1. Можно. 2. Можно - в исключительных случаях. 3. Нельзя.
18. Можно ли за военнослужащим, не приведенным к военной присяге, закреплять оружие и военную технику?
1. Нельзя. 2. Можно. 3.Можно — в исключительных случаях.
19. Можно ли на военнослужащего, не приведенного к военной присяге, налагать дисциплинарное взыскание в виде ареста?
1. Можно — в исключительных случаях. 2. Можно. 3. Нельзя.
20. Можно ли военнослужащего привлекать к несению боевого дежурства до приведения его к военной присяге?
1. Можно. 2. Нельзя. 3.Можно - в исключительных случаях.
21.Через сколько месяцев, военнослужащие, проходящие военную службу по призыву, вправе заключить контракт о прохождении военной службы?
1. Прослужившие не менее 6 месяцев. 2. Прослужившие не менее 10 месяцев.
3.Прослужившие не менее 12 месяцев.
22.Какое воинское звание относится к солдатам?
1. Младший сержант. 2. Старшина. 3. Сержант. 4. Прапорщик. 5. Ефрейтор.
23. Какое воинское звание относится к младшему офицерскому составу?
1. Майор. 2. Капитан. 3. Генерал-майор. 4. Подполковник. 5. Полковник.
24. Какое воинское звание относится к старшему офицерскому составу?
1. Майор. 2. Старший лейтенант. 3. Капитан. 4. Генерал-майор. 5. Старшина.
25. Какое воинское звание относится к высшему офицерскому составу?
1. Полковник. 2. Капитан. 3. Майор. 4. Генерал-майор. 5. Старший лейтенант.

Примерные вопросы для устного опроса (контрольных работ):

1. Что изучает дисциплина ОБЖ, дать определения понятий: биосфера, техносфера, опасность, безопасность.
2. ЧС природного, техногенного характера: дать характеристику
3. Какие работы выполняются при ликвидации последствий ЧС?
4. Почему военная служба является особым видом гос. службы?
5. Назовите Федеральные законы о воинской обязанности граждан.
6. Как осуществляется первоначальная постановка юношей на воинский учет?
7. Как осуществляется гражданами РФ подготовка к военной службе?
8. Какие задачи выполняет РСЧС в режиме повседневной деятельности?
9. Какие поражающие факторы ядерного оружия вы знаете?
10. Перечислите основные виды отравляющих веществ.

11. Назовите поражающие факторы бактериологического оружия.
12. Назовите четыре способа временной остановки кровотечения.
13. Приведите названия двух вредных привычек и на одном примере обоснуйте Ваш ответ.
14. Назовите четыре известных Вам индивидуальных средств защиты органов дыхания.
15. Укажите основную цель иммобилизации переломанной конечности.
16. Назовите три основных правила профилактики ИППП (венерических заболеваний).
17. Какова последовательность оказания первой медицинской помощи при ушибах?

Примерные вопросы для контроля самостоятельной работы:

1. Дайте определение понятию землетрясение, приведите факторы поражения.
2. Подручные средства, используемые при самообороне. Приведите пример.
3. Дайте определение понятию наводнение, приведите факторы поражения.
4. Подручные средства, используемые при пожаре в квартире. Приведите пример.
5. Оказание первой помощи при поражении электротоком.
6. Дайте определение понятию пожар, приведите факторы поражения.
7. Оказание первой помощи при отравлении бытовым газом.
8. Правила поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации
9. Назовите основные задачи гражданской обороны.
10. Что такое современная гражданская оборона и каково еѐ предназначение?
11. Болезни, передаваемые половым путём
12. Что вы понимаете под чувством патриотизма? Приведите примеры патриотизма у российских воинов.
13. Что такое воинский долг?
14. Что вы понимаете под дисциплиной и какие виды дисциплины вы знаете?
15. Что такое воинская дисциплина?
16. Значение Боевого знамени как символа чести, доблести и славы
17.

7.4. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация

Форма аттестации	Знания	Умения	Практический опыт (владеть)	Личные качества обучающегося	Примеры оценочных

					средств
диф.зачет	Оценка знаний основных понятий при изучении дисциплины	Оценка умения различать конкретные понятия и планировать организацию и проведение мероприятий	Оценка навыков работы с литературными источниками	Оценка способности оперативно и качественно отвечать на поставленные вопросы	Вопросы: прилагаются

7.4.1. Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации (экзамен, зачет, диф. зачет)

1. Что изучает дисциплина ОБЖ, дать определения понятий: биосфера, техносфера, опасность, безопасность.
2. ЧС природного, техногенного характера: дать характеристику.
3. Краткая характеристика опасных ситуаций социального характера.
4. Правила безопасного поведения при ЧС природного, техногенного, социального характера.
5. Виды наказаний назначаемых несовершеннолетним.
6. Производственная и экологическая безопасность технологических процессов и технических систем.
7. История создания РСЧС.
8. РСЧС - ее структура и задачи.
9. Права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территорий от ЧС
10. История создания гражданской обороны.
11. ГО – определения и задачи.
12. Современные средства поражения.
13. Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва.
14. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ по предназначению и воздействию на организм.
15. Бактериологическое оружие, способы и признаки его применения.
16. Мероприятия по защите населения от современных средств поражения.
17. Цели и задачи ГО на промышленном (сельскохозяйственном объекте)
18. Единая система доведения до населения предупредительного сигнала, действия населения и персонала объектов по сигналам оповещения.
19. Мероприятия ГО по защите населения от ЧС мирного и военного времени.
20. Защитные сооружения ГО, их предназначения, виды сооружений.
21. Средства индивидуальной защиты населения.
22. Эвакуация населения, ее организация и проведение.
23. Обязанности и правила поведения населения при эвакуации.
24. Первая медицинская помощь при ранениях, заболеваниях, несчастных случаях.

25. Производственный травматизм (меры профилактики).
26. Оказание первой медицинской помощи при травмах.
27. Первая медицинская помощь при массовых поражениях.
28. Основные понятия определения здорового образа жизни.
29. Режим труда и отдыха.
30. Закаливание.
31. Рациональное питание.
32. Вредные привычки (профилактика).
33. Нравственность и здоровье.
34. Формирование правильного взаимоотношения полов.
35. Назовите три компонента здорового образа жизни, которые, по вашему мнению, являются наиболее важными.
36. Укажите единый минимальный брачный возраст, который установлен в Российской Федерации.
37. Назовите три основных правила профилактики ИППП (венерических заболеваний).
38. Почему военная служба является особым видом гос. службы?
39. Назовите Федеральные законы о воинской обязанности граждан.
40. Как осуществляется первоначальная постановка юношей на воинский учет?
41. Как осуществляется гражданами РФ подготовка к военной службе?
42. Какие задачи решает строевой устав Вооруженных Сил РФ?
43. Что определяет Дисциплинарный устав Вооруженных Сил?
44. Назовите три основные функции Вооруженных Сил России.
45. Назовите два вида Вооружённых Сил России.

7.4.2. Примерные экзаменационные задачи на экзамен/диф зачет

не предусмотрено

8. ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Приложение 1. Краткий конспект лекционного занятия на тему: «ЕДИНАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ И ЛИКВИДАЦИИ ЧС, ее структура и задачи»

1. Роль и задачи РСЧС

Как отмечалось, одна из основных задач государства и общества – создание гарантий безопасного проживания и деятельности населения на всей его территории как в мирное, так и в военное время. Представляет определенный интерес краткий экскурс в прошлое, в историю возникновения и развития системы обеспечения защиты населения в экстремальных ситуациях. Их условно можно разделить на три этапа. **Первый**. С 20-х годов до 1987 г. система безопасности жизнедеятельности населения создавалась в двух направлениях:

1. защита от опасностей в производственной сфере и при стихийных бедствиях;
2. в условиях воздействия поражающих факторов во время возможной войны.

В первом направлении устанавливался спектр возможных потенциальных опасностей, под них моделировались масштабы и характер вероятных последствий. Это и служило исходными данными для создания государственной системы безопасности. Такой подход при оценке станочного парка и технологических процессов во всех отраслях народного хозяйства в 20 – 40-х годах показывал, что производственные опасности и их последствия могли распространяться в основном локально, т.е. в пределах предприятия, учреждения, организации. Достаточно было иметь разработанные отраслевые правила, базирующиеся на технике безопасности данного предприятия с его технологией и в пределах своей территории, т.к. опасные ситуации создавались непосредственно на производстве. Это первое направление указанного периода. Одновременно складывался и другой вид опасностей. Анализ последствий первой и особенно второй мировых войн, а также последующих локальных конфликтов (наиболее яркий пример – Ирак, Югославия, Афганистан) показывает, что победа в них достигается не столько на полях сражений, сколько массированным, сокрушающим поражением объектов и населенных пунктов на территории воюющих стран. Современный уровень вооружений ведущих мировых держав таков, что в случае войны способен приводить к огромным, по существу сплошным, разрушениям всей инфраструктуры городов, массовым пожарам и огненным бурям, с последующим радиоактивным, химическим и бактериологическим заражением всей или почти всей территории государства.
В последние годы, угрозу большой войны удалось ослабить, но не уничтожить совсем. А малые войны вспыхивают все чаще и масштабнее. В связи с этим возникают следующие проблемы: какими способами и средствами обеспечить: 1) защиту всего населения в современных условиях; 2) устойчивое функционирование хозяйственных субъектов и в первую очередь важнейших для обороны отраслей и объектов в военное время; 3) своевременную ликвидацию последствий нападения противника, в том числе

налаживание нарушенного управления и восстановление производства важнейших видов военной и другой продукции.
На этом этапе создавалось и совершенствовалось второе направление государственной безопасности: от последствий, которые могли складываться в случае развязывания войны. Была создана Гражданская оборона (4 октября 1932 г. как система МПВО). Применительно к той социальной системе она заблаговременно (в мирное время) осуществляла комплекс необходимых мероприятий. Это направление, т.е. система ГО, остается актуальной и на сегодняшний день.
Второй этап. С 1987 по 1992 г. К этому периоду стала очевидной инертность оценок объективно складывающихся новых уровней опасности.
Для современной промышленности характерна концентрация опасностей, связанная с широким использованием в больших объемах химических энергоносителей, способных гореть и взрываться, а также рост потенциальных опасностей на душу населения.

В современном производстве появилась реальная возможность выхода аварии за пределы одного объекта. Концентрация энергетически и химически опасных объектов и близкое соседство других производств увеличивают масштаб катастрофы.

Последствия, как правило, затрагивают широкие слои населения. Особое беспокойство специалистов и общественности вызывает возрастание опасностей в химической промышленности, при производстве высокоэкономических материалов, обеззараживании воды, пищевого сырья и продуктов питания (на Екатеринбургском мясокомбинате хранится и используется в производстве до 100 тонн аммиака, на Западной фильтровальной станции города– до 100 тонн хлора и др.). При авариях на таких объектах поражающие факторы могут распространяться на большие территории – на сотни квадратных километров.
Аварии, катастрофы, стихийные бедствия могут в мирное время создавать такие последствия и проблемы, которые эквивалентны военным действиям. Свидетельств тому предостаточно: Чернобыль, трагедия в Арзамасе и Башкорстане, землетрясения на Курильских островах, Сахалине, Камчатке, наводнения, крушение поездов со взрывами энергоносителей в Екатеринбурге (Сортировка), Бологое, Белгороде, взрывы арсеналов с боеприпасами (Лосиный). Статистика свидетельствует о тенденции к их росту. В среднем каждый год в стране происходит от 800 до 1200 крупных аварий, из них 80% техногенного характера.
В результате анализа этих явлений к 1987 г. стало очевидно, что система безопасности жизнедеятельности населения, ориентированная только на мероприятия непосредственно на объектах, недостаточна. Необходимо было создать качественно новые уровни безопасности, а также объединить усилия по оперативному реагированию на чрезвычайные ситуации.
Стало очевидным, что стране необходим орган, который смог бы разработать и внедрить в практику концепцию создания принципиально новой государственной системы, на новых подходах к решению проблем предупреждения и ликвидации последствий ЧС мирного и военного времени.
Третий этап. Началом реального воплощения новой концепции в жизнь следует

считать ноябрь-декабрь 1991 г. Именно тогда создали Государственный комитет по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (ГКЧС) при Президенте РСФСР. В последующем его преобразовали в Министерство (МЧС).

МЧС является федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим руководство и координацию работ в области гражданской обороны, предупреждения и ликвидации ЧС, вызванных авариями, катастрофами, стихийными бедствиями и применением противником средств поражения, обеспечение выживания населения в условиях военного времени. Эту деятельность МЧС осуществляет во взаимодействии с органами исполнительной власти федерального уровня и субъектов РФ, а также органами местного самоуправления.

Из всего перечня задач, возлагаемых на МЧС, следует выделить два основных направления деятельности:

1. Разработка предложений по государственной политике в области ГО, предупреждения и ликвидации ЧС.
2. Практическое создание и обеспечение функционирования единой государственной системы обеспечения защиты населения, территорий и объектов РФ в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.

В апреле 1992 г. Правительством РФ было утверждено Положение о Российской системе предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях. В развитие федерального закона «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера» Постановлением Правительства РФ от 5.11.1995 г. № 1113 эта система была преобразована в единую государственную систему предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Сущность единой государственной политики в области предупреждения и ликвидации ЧС, защиты населения и территорий представляет собой совокупность научно обоснованных теоретических положений, правовых и экономических норм, направленных на предупреждение и ликвидацию чрезвычайных ситуаций с целью защиты жизни и здоровья людей, объектов экономики и окружающей природной среды.

Концепция государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС – это система взглядов, принципов и общих положений, определяющих цели и конкретные задачи как предупреждения, так и ликвидации чрезвычайных ситуаций на всей территории России. Она обеспечивает организацию и подготовку органов управления, сил и средств для защиты населения, объектов экономики и военной инфраструктуры, а также окружающей природной среды в чрезвычайных ситуациях.

РСЧС создана с целью координации и объединения деятельности органов государственного управления РФ всех уровней по предотвращению и ликвидации ЧС, вызываемых авариями, катастрофами, стихийными и экологическими бедствиями. Она должна предупреждать ЧС в мирное и военное время, а в случае их возникновения – ликвидировать последствия, обеспечивать безопасность населения, защищать окружающую среду и уменьшать ущерб народному хозяйству.

Федеральный закон «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера» вводит термины и определения, применяемые в наименовании и содержании РСЧС.

Чрезвычайная ситуация – это 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 или окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей.
Предупреждение чрезвычайных ситуаций – это комплекс мероприятий, проводимых заблаговременно и направленных на максимально возможное уменьшение риска возникновения ЧС, а также на сохранение здоровья людей, снижение размеров ущерба окружающей природной среде и материальных потерь в случае их возникновения.
Ликвидация чрезвычайных ситуаций – это аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые при возникновении ЧС и направленные на спасение жизни и сохранение здоровья людей, снижение размеров ущерба окружающей природной среде и материальных потерь, а также на локализацию зон ЧС, прекращение действий характерных для них опасных факторов.
Зона чрезвычайной ситуации – это территория, на которой сложилась ЧС.
Статьей 4 Федерального закона «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера» определены основные задачи РСЧС:
разработка и реализация правовых и экономических норм по обеспечению защиты населения и территорий от ЧС;
осуществление целевых и научно-технических программ, направленных на предупреждение ЧС и повышение устойчивости функционирования организаций, а также объектов социального назначения в ЧС;
обеспечение готовности к действиям органов управления, сил и средств, предназначенных и выделяемых для предупреждения и ликвидации ЧС;
сбор, обработка, обмен и выдача информации в области защиты населения и территорий от ЧС;
подготовка населения к действиям в ЧС;
прогнозирование и оценка социально-экономических последствий ЧС;
создание резервов финансовых и материальных ресурсов для ликвидации ЧС;
осуществление государственной экспертизы, надзора и контроля в области защиты населения и территорий от ЧС;
ликвидация ЧС;
осуществление мероприятий по социальной защите населения, пострадавшего от ЧС, проведение гуманитарных акций;
реализация прав и обязанностей населения в области защиты от ЧС, а также лиц, непосредственно участвующих в их ликвидации;
международное сотрудничество в области защиты населения и территорий от ЧС.

2. Организационная структура и функционирование РСЧС

РСЧС объединяет органы управления, силы и средства федеральных органов исполнительной власти, органов местного самоуправления и организации, в полномочия которых входит решение вопросов защиты населения и территорий от ЧС, схема 4.1.
РСЧС состоит из территориальных и функциональных подсистем и имеет 5 уровней: федеральный, региональный, территориальный, местный и объектовый.
Территориальные подсистемы РСЧС создаются в субъектах РФ для предупреждения и

ликвидации ЧС и состоят из звеньев, соответствующих административно-территориальному делению этих территорий. Задачи, организация, состав сил и средств, порядок функционирования территориальных подсистем РСЧС определяются Положениями об этих подсистемах, утверждаемыми соответствующими органами государственной власти субъектов РФ.

Функциональные подсистемы РСЧС создаются федеральными органами исполнительной власти для организации работы по защите населения и территорий от ЧС в сфере их деятельности и порученных им отраслях экономики. Организация, состав сил и средств, порядок деятельности функциональных подсистем РСЧС определяются Положениями о них, утверждаемыми руководителями соответствующих федеральных органов исполнительной власти по согласованию с МЧС. Исключение составляет Положение о функциональной подсистеме РСЧС реагирования и ликвидации последствий аварий с ядерным оружием в РФ, которое утверждается Правительством РФ.

Каждый уровень РСЧС имеет:
координирующие органы;
постоянно действующие органы управления, специально уполномоченные на решение задач в области защиты населения и территорий от ЧС – органы управления по делам гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям (ГОЧС);
органы повседневного управления;
силы и средства;
системы связи, оповещения, информационного обеспечения;
резервы финансовых и материальных ресурсов.

Координирующими органами являются:
на федеральном уровне – Межведомственная комиссия по предупреждению и ликвидации ЧС и ведомственные комиссии по ЧС в федеральных органах исполнительной власти;
на региональном уровне (несколько субъектов РФ) – региональные центры по делам ГО, ЧС и ликвидации последствий стихийных бедствий МЧС России (РЦ ГОЧС);
на территориальном уровне (субъект РФ) – комиссии по ЧС органов исполнительной власти субъектов РФ (КЧС);
на местном уровне (район) – комиссии по ЧС органов местного самоуправления (КЧС);
на объектовом уровне (предприятие, организация, учреждение) – объектовые комиссии по ЧС (КЧС).

Органы управления по делам гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям (ОУ ГОЧС):
на федеральном уровне – МЧС России;
на региональном – региональные центры;
на территориальном и местном уровнях – органы управления по делам ГОЧС, создаваемые соответственно при органах исполнительной власти и местного самоуправления.

Органами повседневного управления являются:
пункты управления (центры управления в кризисных ситуациях);
оперативно-дежурные службы органов управления по делам ГОЧС всех уровней;
дежурно-диспетчерские службы и специализированные подразделения федеральных органов исполнительной власти;

дежурно-диспетчерские службы и специализированные подразделения организаций. Размещение органов повседневного управления РСЧС осуществляется на пунктах управления, оснащаемых средствами связи, оповещения, сбора, обработки и передачи информации и поддерживаемых в состоянии постоянной готовности к использованию.
Основу РСЧС на всех уровнях составляют силы и средства: федеральных органов исполнительной власти; органов исполнительной власти субъектов РФ; органов местного самоуправления; объектов экономики.
Силы и средства наблюдения и контроля состоят из служб (учреждений) и организаций федеральных органов исполнительной власти, осуществляющих наблюдение и контроль за состоянием окружающей природной среды, за обстановкой на потенциально опасных объектах и прилегающих к ним территориях, анализ воздействия вредных факторов на здоровье населения; формирований Государственного комитета санитарно-эпидемиологического надзора РФ; ветеринарной службы Министерства сельского хозяйства; служб (учреждений) наблюдения и лабораторного контроля за качеством пищевого сырья и продуктов питания Комитета по торговле и Министерства сельского хозяйства РФ; геофизической службы РАН, оперативных групп постоянной готовности Федеральной службы России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды и подразделений Министерства РФ по атомной энергии; учреждений сети наблюдения и лабораторного контроля гражданской обороны.
Силы и средства ликвидации ЧС состоят из военизированных и невоенизированных противопожарных, поисковых, аварийно-спасательных, аварийно-восстановительных, восстановительных и аварийно-технических формирований федеральных органов исполнительной власти; формирований и учреждений Всероссийской службы медицины катастроф; формирований ветеринарной службы и защиты растений Министерства сельского хозяйства РФ; военизированных служб по активному воздействию на гидрометеорологические процессы Федеральной службы России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды; формирований ГО территориального, местного и объектового уровней; специально подготовленных сил и средств Войск гражданской обороны, других войск и воинских формирований, предназначенных для ликвидации ЧС; аварийно-технических центров Министерства РФ по атомной энергии; служб поискового и аварийно-спасательного обеспечения полетов гражданской авиации Федеральной авиационной службы России; восстановительных и пожарных поездов Министерства путей сообщения РФ; аварийно-спасательных служб и формирований Федеральной службы морского флота России (включая Государственный морской спасательно-координационный центр и спасательно-координационные центры), Федеральной службы речного флота России, других федеральных органов исполнительной власти.
В состав этих сил входят аварийно-спасательные формирования, укомплектованные с учетом обеспечения работ в автономном режиме в течение не менее трех суток и находящиеся в состоянии постоянной готовности (Силы постоянной готовности).
Силы и средства органов внутренних дел применяются при ликвидации ЧС в соответствии с задачами, возложенными на них законами и иными нормативными правовыми актами РФ и субъектов РФ.
Решениями руководителей объектов экономики на базе существующих специализированных организаций, служб и подразделений (строительных,

медицинских, химических, ремонтных и других) могут создаваться нештатные аварийно-спасательные формирования, предназначенные для проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ при ЧС.
Система и подсистемы РСЧС всех уровней функционирует в трех режимах:

1. повседневной деятельности;
2. повышенной готовности;
3. чрезвычайной ситуации.

Режим повседневной деятельности – при нормальной производственной, радиационной, химической, биологической (бактериологической), сейсмической и гидрометеорологической обстановке, при отсутствии эпидемий, эпизоотий, и эпифитотий.
В режиме повседневной деятельности осуществляются наблюдение и контроль за состоянием окружающей среды, выполняются целевые программы и превентивные меры по предупреждению и ликвидации ЧС, повышению безопасности населения, повышению устойчивости функционирования производства и сокращению материального ущерба от возможных ЧС. Проводятся мероприятия по поддержанию в высокой готовности органов управления, защитных сооружений, сил и средств к действиям в ЧС, по созданию и поддержанию финансовых резервов, продовольственных, медицинских и материально-технических ресурсов.
Режим повышенной готовности – функционирование РСЧС при ухудшении производственной, радиационной, химической, биологической (бактериологической), гидрометеорологической, сейсмической обстановки, при получении прогноза о возможном возникновении ЧС или угрозе начала военных действий.
В режиме повышенной готовности при необходимости формируются оперативные группы для выявления причин ухудшения обстановки, для выработки предложений по ее нормализации, усиливается дежурная диспетчерская служба, наблюдение и контроль за окружающей средой, осуществляется прогнозирование возможности возникновения ЧС, их масштабов и последствий. Принимаются меры по защите населения, запасов материально-технических средств, по повышению устойчивости функционирования производства. Приводятся в повышенную готовность формирования ГО, предназначенные для ликвидации ЧС, уточняются планы их действий и, при необходимости, осуществляется выдвижение их в район предполагаемых действий.
Режим чрезвычайной ситуации – функционирование РСЧС при возникновении и ликвидации ЧС в мирное время, а также в случае применения противником средств поражения.
В чрезвычайном режиме принимаются меры по защите населения. В район ЧС выдвигаются органы управления для организации разведки, оценки обстановки и непосредственного руководства работами по ликвидации ЧС; направляются силы и средства для проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ; принимаются меры по жизнеобеспечению пострадавших; усиливается постоянный контроль за состоянием окружающей среды в районе ЧС; приводятся в готовность защитные сооружения для приема укрываемых.
Решение о введении режимов функционирования подсистемы РСЧС принимает

территориальная или ведомственная комиссия по чрезвычайным ситуациям с учетом конкретной обстановки, сложившейся на данной территории.
В мирное время оповещение населения о возможности возникновения ЧС или непосредственно о ЧС и перевод РСЧС в различные режимы функционирования осуществляется по сигналу «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!». По этому сигналу надо немедленно включить телевизор, радиоприемник, репродуктор радиотрансляционной сети и прослушать сообщение местных органов власти или управления по делам ГОЧС. В последующем действовать в соответствии с указаниями, изложенными в речевой информации.

Выводы

. Создание РСЧС вызвано потребностями времени и направлено на создание гарантий безопасного проживания и деятельности населения на всей территории страны как в мирное, так и в военное время.
2. РСЧС состоит из территориальных и функциональных подсистем и имеет 5 уровней: федеральный, региональный, территориальный, местный и объектовый.
3. Для руководства работой подсистем РСЧС в субъектах РФ создаются комиссии по чрезвычайным ситуациям, а для управления в повседневной жизни – управления по делам ГОЧС.
4. Система РСЧС и ее подсистемы функционируют в трех режимах: повседневной деятельности, повышенной готовности и чрезвычайной ситуации.
5. Сигналом оповещения о возможном ЧС или непосредственно о ЧС является «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!».

9. ОБУЧЕНИЕ СТУДЕНТОВ-ИНВАЛИДОВ И СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Порядок обучения инвалидов и студентов с ограниченными возможностями определен «Положением КубГУ об обучении студентов-инвалидов и студентов с ограниченными возможностями здоровья».

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены образовательные технологии, учитывающие особенности и состояние здоровья таких лиц.

Рецензия
на рабочую учебную программу дисциплины
БД.04 «Основы безопасности жизнедеятельности»
для специальности среднего профессионального образования
44.02.02. Преподавание в начальных классах
Разработчик: преподаватель ИНСПО И.Н. Рослякова

Представленная на рецензию рабочая программа по учебной дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана в соответствии с примерной программой общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной ФГАУ «ФИРО» в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования протокол № 3 от 21 июля 2015 г., регистрационный номер рецензии 379 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО»

Структура программы отвечает требованиям к разработке рабочей учебной программы дисциплины СПО и содержит: титульный лист с реквизитами, цели и задачи освоения дисциплины, место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена, требования к результатам освоения содержания дисциплины, содержание и структуру дисциплины, образовательные технологии, оценочные средства для промежуточной аттестации, учебно-методическое и материально-техническое обеспечение дисциплины. Освоение содержания рабочей программы обеспечивает достижение студентами требуемых личностных, метапредметных и предметных результатов.

В содержание дисциплины включены вопросы, позволяющие: 1) вооружить студентов теоретическими знаниями, практическими умениями, навыками в области безопасности; 2) совершенствовать навыки ведения здорового образа жизни; 3) формировать навыки научно-исследовательской работы: написанию рефератов, докладов, и самостоятельной работы с методической литературой; 4) освоить умения оказания первой медицинской помощи; 5) развивать в себе духовные и физические качества; 6) воспитывать потребность в самообразовании, ответственность за практическое решение проблем.

Программа рассчитана на 70 часов аудиторных занятий и 35 часов самостоятельной работы студентов при очной форме обучения. В ней определены примерные темы практических занятий, указаны формы текущего контроля. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение дисциплины предполагает использование интерактивных технологий при изучении курса. Программа может быть использована в учреждениях СПО.

Рецензент:

заместитель директора по научно-методической работе ГБПОУ КК „Краснодарский педагогический колледж“	[подпись] Для документов	Бадовская Г.С.
должность, название организации	*подпись, печать*	*ФИО*

Рецензия

на рабочую учебную программу дисциплины

БД.04 «Основы безопасности жизнедеятельности»

для специальности среднего профессионального образования

44.02.02. Преподавание в начальных классах

Разработчик: преподаватель ИНСПО И.Н. Рослякова

Представленная на рецензию рабочая программа по учебной дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана в соответствии с примерной программой общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной ФГАУ «ФИРО» в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования протокол № 3 от 21 июля 2015 г., регистрационный номер рецензии 379 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО»

Структура программы отвечает требованиям к разработке рабочей учебной программы дисциплины СПО и содержит: титульный лист с реквизитами, цели и задачи освоения дисциплины, место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена, требования к результатам освоения содержания дисциплины, содержание и структуру дисциплины, образовательные технологии, оценочные средства для промежуточной аттестации, учебно-методическое и материально-техническое обеспечение дисциплины. Освоение содержания рабочей программы обеспечивает достижение студентами требуемых личностных, метапредметных и предметных результатов.

В содержание дисциплины включены вопросы, позволяющие: 1) вооружить студентов теоретическими знаниями, практическими умениями, навыками в области безопасности; 2) совершенствовать навыки ведения здорового образа жизни; 3) формировать навыки научно-исследовательской работы: написанию рефератов, докладов, и самостоятельной работы с методической литературой; 4) освоить умения оказания первой медицинской помощи; 5) развивать в себе духовные и физические качества; 6) воспитывать потребность в самообразовании, ответственность за практическое решение проблем.

Программа рассчитана на 70 часов аудиторных занятий и 35 часов самостоятельной работы студентов при очной форме обучения. В ней определены примерные темы практических занятий, указаны формы текущего контроля. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение дисциплины предполагает использование интерактивных технологий при изучении курса. Программа может быть использована в учреждениях СПО.

Рецензент:

канд. мед. наук, доцент, кафедра ДСП ФПК, ФГБОУ ВО КубГУ		*А.Б. Томилов*