

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»  
Медицинский институт



УТВЕРЖДАЮ  
И.о. директора  
Медицинского института  
Воронин Н.И.  
«10» декабря 2021 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОУД.06 «Основы безопасности жизнедеятельности»**

подготовки специалистов среднего звена по специальности

**34.02.01 «Сестринское дело»**

Основная образовательная программа среднего профессионального образования  
Сестринское дело

Квалификация  
**Медицинская сестра/Медицинский брат**

Год набора 2022

Тамбов – 2022



## СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка.....	4
Общая характеристика учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».....	5
Место учебной дисциплины в учебном плане .....	5
Результаты освоения учебной дисциплины .....	7
Содержание учебной дисциплины .....	8
Тематическое планирование .....	13
Характеристика основных видов деятельности студентов.....	15
Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».....	19
Рекомендуемая литература .....	20
Лист внесения изменений в рабочую программу .....	23
Приложение 1. Фонд оценочных средств по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности».....	24

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях СПО, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных специалистов среднего звена по специальности 34.02.01 – Сестринское дело.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259), с учетом Примерной основной образовательной программы среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з).

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

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

Программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» уточняет содержание учебного материала, последовательность его изучения, распределение учебных часов, тематику рефератов, виды самостоятельных работ, учитывая специфику программ подготовки квалифицированных специалистов среднего звена, осваиваемой специальности.

Программа может использоваться другими профессиональными образовательными организациями, реализующими образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования; программы подготовки квалифицированных специалистов среднего звена (ППССЗ).

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

В современных условиях глобализации развития мировой экономики, усложнения, интенсификации и увеличения напряженности профессиональной деятельности специалистов существенно возрастает общественно-производственное значение состояния здоровья каждого человека. Здоровье становится приоритетной социальной ценностью. В связи с этим исключительную важность приобретает высокая

профессиональная подготовка специалистов различного профиля к принятию решений и действиям по предупреждению чрезвычайных ситуаций (ЧС), а при их возникновении – к проведению соответствующих мероприятий по ликвидации их негативных последствий, и прежде всего к оказанию первой помощи пострадавшим.

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучает риски производственной, природной, социальной, бытовой, городской и других сред обитания человека как в условиях повседневной жизни, так и при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного, природного и социального характера. Данная дисциплина является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности.

Основными содержательными темами программы являются: введение в дисциплину, обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья, государственная система обеспечения безопасности населения, основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний.

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» является обязательным для изучения на уровне среднего общего образования, осваивается на базовом уровне и является одной из составляющих предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности».

Целью изучения и освоения примерной программы учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» является формирование у выпускника культуры безопасности жизнедеятельности в современном мире, получение им начальных знаний в области обороны и начальная индивидуальная подготовка по основам военной службы в соответствии с требованиями, предъявляемыми ФГОС СОО.

Формы текущего контроля: тестирование, самостоятельная работа, индивидуальное задание.

Изучение общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета.

## **МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

В профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС, ППССЗ).

В учебных планах ППКРС, ППССЗ место учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» – в составе общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для специальностей СПО соответствующего профиля профессионального образования.

## **РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ 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 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.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Тема 1. Основы безопасности личности, общества и государства. Основы комплексной безопасности**

Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.

Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.

Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.

Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.

Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».

#### **Практические занятия**

Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.

Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой

Режим дня, труда и отдыха.

Закаливание и его влияние на здоровье.

Правила личной гигиены и здоровье человека

Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов при организации дорожного движения.

Изучение моделей поведения пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

### **Тема 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.**

Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных



ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.

Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны.

Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийноспасательных работ.

Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.

Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

### **Практические занятия.**

Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

Изучение первичных средств пожаротушения

Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.

Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.

Правила поведения в защитных сооружениях.

Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.

Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.

Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий

### **Тема 3. Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации**

Сущность явлений экстремизма, терроризма и наркотизма. Общегосударственная система противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму: основы законодательства Российской Федерации в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму; органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации; права и ответственность гражданина в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации.

Способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств. Правила и рекомендации безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

### **Тема 4. Основы здорового образа жизни.**

Основы законодательства Российской Федерации в области формирования здорового образа жизни. Факторы и привычки, разрушающие здоровье. Репродуктивное здоровье. Индивидуальная модель здорового образа жизни.

Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.

Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.

### **Тема 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.**

Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».

Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.

Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.

Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.

Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая

помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.

Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.

Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.

Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.

Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.

Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.

### **Практические занятия**

Правила наложения повязок различных типов.

Первая помощь при травмах различных областей тела.

Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа.

Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга.

Первая помощь при переломах.

Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией

Первая помощь при наружных кровотечениях. Правила наложения жгута и закрутки.

Первая помощь при термических ожогах и химических ожогах.

Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.

Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока.

Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца.

Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания

## **Тема 6. Основы обороны государства.**

Состояние и тенденции развития современного мира и России. Национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты. Факторы и источники угроз национальной и военной безопасности, оказывающие негативное влияние на национальные интересы России. Содержание и обеспечение национальной безопасности РФ. Военная политика Российской Федерации в современных условиях. Основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности.

Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Воздушно-космические силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, войска

национальной гвардии Российской Федерации. Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение.

### **Тема 7. Правовые основы военной службы.**

Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.

Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.

Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.

Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие – принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.

#### **Практические занятия**

Организация воинского учета и его предназначение.

Первоначальная постановка граждан на воинский учет.

Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.

Организация профессионального отбора при постановке на воинский учет.

Добровольная подготовка граждан к военной службе.

Порядок поступления и обучения на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

Военно-прикладные виды спорта в Вооруженных Силах.

Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.

Порядок организации призыва на военную службу.

### **Тема 8. Элементы начальной военной подготовки.**

Строй и управление ими. Строевые приемы и движение без оружия. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Строй отделения.

Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова. Работа частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова для чистки и смазки. Хранение автомата Калашникова. Устройство патрона. Меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб. Основы и правила стрельбы. Ведение огня из автомата Калашникова. Ручные осколочные гранаты. Меры безопасности при обращении с ручными осколочными гранатами.

Современный общевойсковой бой. Инженерное оборудование позиции солдата. Способы передвижения в бою при действиях в пешем порядке. Элементы военной топографии. Назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования средств индивидуальной защиты (СИЗ) (противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1). Действия по сигналам оповещения. Состав и применение аптечки индивидуальной. Оказание первой помощи в бою. Способы выноса раненого с поля боя.

### **Тема 9. Военно-профессиональная деятельность.**

Цели и задачи военно-профессиональной деятельности. Военно-учетные специальности. Профессиональный отбор. Военная служба по призыву как этап профессиональной карьеры. Организация подготовки офицерских кадров для ВС РФ, МВД России, ФСБ России, МЧС России. Основные виды высших военно-учебных заведений ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России. Подготовка офицеров на военных кафедрах образовательных организаций высшего образования. Порядок подготовки и поступления в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

При реализации содержания общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС, ППССЗ) максимальная учебная нагрузка обучающихся по специальностям СПО социально-экономического профиля, включая практические занятия, составляет – 117 часов, из них аудиторная (обязательная) учебная нагрузка обучающихся, включая практические занятия – 78 часов, включая лекции (уроки) – 39 часов, практические занятия – 39 часов, самостоятельная работа – 39 часов.

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>115</b>
<b>Аудиторная учебная работа (всего)</b>	<b>78</b>
в том числе:	
лекционные занятия	39
практические занятия	39
лабораторные занятия	-
курсовой проект (работа) (если предусмотрено)	-
<b>Внеаудиторная (самостоятельная) работа</b>	<b>37</b>
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовым проектом (работой) (если предусмотрено)	-
иные формы самостоятельной работы (при их наличии)	-
<b>Консультации</b>	-
<b>Промежуточная аттестация в форме</b>	<i>Диф.зачет</i>

## ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

<b>Содержание обучения</b>	<b>Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)</b>
Основы комплексной безопасности	<ul style="list-style-type: none"> <li>– комментировать назначение основных нормативных правовых актов, определяющих правила и безопасность дорожного движения;</li> <li>– использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;</li> <li>– оперировать основными понятиями в области безопасности дорожного движения;</li> <li>– объяснять назначение предметов экипировки для обеспечения безопасности при управлении двухколесным транспортным средством;</li> <li>– действовать согласно указанию на дорожных знаках;</li> <li>– пользоваться официальными источниками для получения информации в области безопасности дорожного движения;</li> <li>– прогнозировать и оценивать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира или водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для сохранения жизни и здоровья (своих и окружающих людей);</li> <li>– составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на дороге (в</li> </ul>

	<p>части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– комментировать назначение нормативных правовых актов в области охраны окружающей среды;</li> <li>– использовать основные нормативные правовые акты в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;</li> <li>– оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;</li> <li>– распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания; – описывать факторы экориска, объяснять, как снизить последствия их воздействия;</li> <li>– определять, какие средства индивидуальной защиты необходимо использовать в зависимости от поражающего фактора при ухудшении экологической обстановки;</li> <li>– опознавать организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, для обращения в случае необходимости;</li> <li>– опознавать, для чего применяются и используются экологические знаки;</li> <li>– пользоваться официальными источниками для получения информации об экологической безопасности и охране окружающей среды;</li> <li>– прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;</li> <li>– составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;</li> <li>– распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных хобби;</li> <li>– соблюдать правила безопасности в увлечениях, не противоречащих законодательству РФ;</li> <li>– использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за противоправные действия и асоциальное поведение во время занятий хобби;</li> <li>– пользоваться официальными источниками для получения информации о рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежными хобби;</li> <li>– прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время занятий современными молодежными хобби;</li> <li>– применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби;</li> <li>– распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте, и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;</li> <li>– использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте;</li> <li>– пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях по обеспечению безопасности на транспорте;</li> <li>– прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на</li> </ul>
--	---

		<p>транспорте;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.</li> </ul>
<p>Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>– комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>– использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>– раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>– приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;</li> <li>– приводить примеры потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, характерных для региона проживания, и опасностей, и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;</li> <li>– объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;</li> <li>– использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;</li> <li>– действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации;</li> <li>– вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;</li> <li>– прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;</li> <li>– пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;</li> <li>– составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени</li> </ul>
<p>Основы противодействия экстремизму, терроризму, наркотизму Российской Федерации</p>	и в	<ul style="list-style-type: none"> <li>– характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;</li> <li>– объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотизма;</li> <li>– оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;</li> <li>– раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;</li> <li>– объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму;</li> <li>– комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>– описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;</li> <li>– пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;</li> <li>– использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;</li> <li>– распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;</li> <li>– распознавать симптомы употребления наркотических средств;</li> <li>– описывать способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств;</li> <li>– использовать официальные сайты ФСБ России, Министерства юстиции Российской Федерации для ознакомления с перечнем организаций, запрещенных в Российской Федерации в связи с экстремистской и террористической деятельностью;</li> <li>– описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;</li> <li>– описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции;</li> <li>– составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции</li> </ul>
Основы здорового образа жизни.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области здорового образа жизни;</li> <li>– использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;</li> <li>– оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;</li> <li>– описывать факторы здорового образа жизни;</li> <li>– объяснять преимущества здорового образа жизни;</li> <li>– объяснять значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;</li> <li>– описывать основные факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека;</li> <li>– раскрывать сущность репродуктивного здоровья;</li> <li>– распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;</li> <li>– пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровье, здоровом образе жизни, сохранении и укреплении репродуктивного здоровья.</li> </ul>
Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области оказания первой помощи;</li> <li>– использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения</li> </ul>

	<p>ответственности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;</li> <li>– отличать первую помощь от медицинской помощи;</li> <li>– распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию;</li> <li>– оказывать первую помощь при неотложных состояниях;</li> <li>– вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;</li> <li>– выполнять переноску (транспортировку) пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;</li> <li>– действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского и санитарного назначения;</li> <li>– составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;</li> <li>– комментировать назначение основных нормативных правовых актов в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения;</li> <li>– использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарноэпидемиологического благополучия населения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; – оперировать понятием «инфекционные болезни» для определения отличия инфекционных заболеваний от неинфекционных заболеваний и особо опасных инфекционных заболеваний;</li> <li>– классифицировать основные инфекционные болезни;</li> <li>– определять меры, направленные на предупреждение возникновения и распространения инфекционных заболеваний;</li> <li>– действовать в порядке и по правилам поведения в случае возникновения эпидемиологического или бактериологического очага</li> </ul>
Основы обороны государства.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области обороны государства;</li> <li>– характеризовать состояние и тенденции развития современного мира и России;</li> <li>– описывать национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты;</li> <li>– приводить примеры факторов и источников угроз национальной безопасности, оказывающих негативное влияние на национальные интересы России;</li> <li>– приводить примеры основных внешних и внутренних опасностей;</li> <li>– раскрывать основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности;</li> <li>– разъяснять основные направления обеспечения национальной безопасности и обороны РФ;</li> <li>– оперировать основными понятиями в области обороны государства;</li> <li>– раскрывать основы и организацию обороны РФ;</li> <li>– раскрывать предназначение и использование ВС РФ в области обороны;</li> <li>– объяснять направление военной политики РФ в современных условиях;</li> <li>– описывать предназначение и задачи Вооруженных Сил РФ, других войск, воинских формирований и органов в мирное и военное время;</li> <li>– характеризовать историю создания ВС РФ;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– описывать структуру ВС РФ;</li> <li>– характеризовать виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи;</li> <li>– распознавать символы ВС РФ;</li> <li>– приводить примеры воинских традиций и ритуалов ВС РФ</li> </ul>
Правовые основы военной службы.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области воинской обязанности граждан и военной службы;</li> <li>– использовать нормативные правовые акты для изучения и реализации своих прав и обязанностей до призыва, во время призыва, во время прохождения военной службы, во время увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</li> <li>– оперировать основными понятиями в области воинской обязанности граждан и военной службы;</li> <li>– раскрывать сущность военной службы и составляющие воинской обязанности гражданина РФ;</li> <li>– характеризовать обязательную и добровольную подготовку к военной службе;</li> <li>– раскрывать организацию воинского учета;</li> <li>– комментировать назначение Общевоинских уставов ВС РФ;</li> <li>– использовать Общевоинские уставы ВС РФ при подготовке к прохождению военной службы по призыву, контракту;</li> <li>– описывать порядок и сроки прохождения службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;</li> <li>– объяснять порядок назначения на воинскую должность, присвоения и лишения воинского звания;</li> <li>– различать военную форму одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ;</li> <li>– описывать основание увольнения с военной службы;</li> <li>– раскрывать предназначение запаса;</li> <li>– объяснять порядок зачисления и пребывания в запасе;</li> <li>– раскрывать предназначение мобилизационного резерва;</li> <li>– объяснять порядок заключения контракта и сроки пребывания в резерве</li> </ul>
Элементы начальной военной подготовки.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– комментировать назначение Строевого устава ВС РФ;</li> <li>– использовать Строевой устав ВС РФ при обучении элементам строевой подготовки;</li> <li>– оперировать основными понятиями Строевого устава ВС РФ;</li> <li>– выполнять строевые приемы и движение без оружия;</li> <li>– выполнять воинское приветствие без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него;</li> <li>– выполнять строевые приемы в составе отделения на месте и в движении;</li> <li>– приводить примеры команд управления строем с помощью голоса;</li> <li>– описывать назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова;</li> <li>– выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова для чистки и смазки;</li> <li>– описывать порядок хранения автомата;</li> <li>– различать составляющие патрона;</li> <li>– снаряжать магазин патронами;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб;</li> <li>– описывать явление выстрела и его практическое значение;</li> <li>– объяснять значение начальной скорости пули, траектории полета пули, пробивного и убийного действия пули при поражении противника;</li> <li>– объяснять влияние отдачи оружия на результат выстрела;</li> <li>– выбирать прицел и правильную точку прицеливания для стрельбы по неподвижным целям;</li> <li>– объяснять ошибки прицеливания по результатам стрельбы;</li> <li>– выполнять изготровку к стрельбе;</li> <li>– производить стрельбу;</li> <li>– объяснять назначение и боевые свойства гранат;</li> <li>– различать наступательные и оборонительные гранаты;</li> <li>– описывать устройство ручных осколочных гранат;</li> <li>– выполнять приемы и правила снаряжения и метания ручных гранат;</li> <li>– выполнять меры безопасности при обращении с гранатами;</li> <li>– объяснять предназначение современного общевойскового боя;</li> <li>– характеризовать современный общевойсковой бой;</li> <li>– описывать элементы инженерного оборудования позиции солдата и порядок их оборудования;</li> <li>– выполнять приемы «К бою», «Встать»;</li> <li>– объяснять, в каких случаях используются перебежки и переползания;</li> <li>– выполнять перебежки и переползания (по-пластунски, на получетвереньках, на боку);</li> <li>– описывать назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1);</li> <li>– применять средства индивидуальной защиты;</li> <li>– действовать по сигналам оповещения исходя из тактико-технических характеристик (ТТХ) средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения;</li> <li>– описывать состав и область применения аптечки индивидуальной;</li> <li>– раскрывать особенности оказания первой помощи в бою;</li> <li>– выполнять приемы по выносу раненых с поля боя.</li> </ul>
Военно-профессиональная деятельность.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– раскрывать сущность военно-профессиональной деятельности;</li> <li>– объяснять порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям;</li> <li>– оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военно-профессиональной деятельности;</li> <li>– характеризовать особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях;</li> <li>– использовать официальные сайты для ознакомления с правилами приема в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.</li> </ul>

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Помещение кабинета основ безопасности жизнедеятельности должно удовлетворять требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2. 178-02)<sup>1</sup>. Оно должно быть оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки учащихся.

В кабинете должно быть мультимедийное оборудование, при помощи которого участники образовательного процесса могут просматривать визуальную информацию по основам безопасности жизнедеятельности, создавать презентации, видеоматериалы, иные документы.

В библиотечный фонд входят учебники, учебно-методические комплекты (УМК), обеспечивающие освоение учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», рекомендованные или допущенные для использования в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования.

Библиотечный фонд может быть дополнен энциклопедиями, справочниками, научной и научно-популярной литературой и др.

Реализация программы учебной дисциплины предполагает наличие учебного кабинета основ безопасности жизнедеятельности (учебная аудитория для проведения занятий всех видов, предусмотренных образовательной программой, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации) – 302.

*Перечень основного оборудования:*

Рабочее место преподавателя

Стол ученический - 65 шт.

Скамья ученическая - 65 шт.

Доска меловая - 2 шт.

Кафедра - 1 шт.

Стол преподавателя - 1 шт.

Ноутбук – 1 шт.

Проектор – 1 шт.

Учебно-наглядные пособия

*Перечень программного обеспечения:*

Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 1500-2499  
Node 1 year Educational Renewal Licence

Операционная система Microsoft Windows XP SP3

Microsoft Office Профессиональный плюс 2007

В процессе освоения программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» студенты имеют возможность доступа к электронным учебным материалам по основам безопасности жизнедеятельности, имеющимся в свободном доступе в сети Интернет (электронным книгам, практикумам, тестам).

## РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

### *Основная литература:*

1. Латчук В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс / Марков В.В., Латчук В.Н., Вангородский С.Н. и др. 13-е изд., стер. - М.: 2014. - 304 с.
2. Латчук В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс /Латчук В.Н., Вангородский С.Н. и др. 14-е изд., стер. - М.: 2014. - 320 с.
3. Смирнов, А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс [Текст] : учебник для общеобразоват. организаций : базовый уровень / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников ; под ред. А.Т. Смирнова .– 6-е изд., перераб. – Москва : Просвещение, 2018 .– 367 с., [8] л. ил. : ил. – (ФГОС) .– ISBN 978-5-09-055204-2. 50 шт.
4. Смирнов, А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс [Текст] : базовый уровень : учебник для общеобразоват. организаций / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова .– 6-е изд., перераб. – Москва : Просвещение, 2018 .– 333, [2] с., [2] л. ил. : ил. – (ФГОС) .– ISBN 978-5-09-055205-9. 50 шт.
5. Приешкина, А.Н., Огородников, М.А., Голубь, Е.Ю., Седымов, А.В. Основы безопасности жизнедеятельности. Государственная система обеспечения безопасности населения : учебное пособие для СПО. - 2030-02-07; Основы безопасности жизнедеятельности. Государственная система обеспечения безопасности . - Саратов: Профобразование, 2020. - 76 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/92323.html>

### *Дополнительная литература:*

1. Антитеррор: защита личности, общества, государства. Справочник по противодействию терроризму. 10-11 классы. – М.: Просвещение, 2011. 80с.
2. Белов С.В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды. –М., 2013.- 680с.
3. Дисциплинарный устав ВС РФ (Утвержден указом Президента Р Ф от 10 ноября 2007 г. № 1495) с изменениями в соответствии с Указом Президента РФ от 29 июля 2011 г. N 1039.
4. КОНСТИТУЦИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ (принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г.) (с поправками от 30 декабря 2008 г., 5 февраля, 21 июля 2014 г.)
5. Концепция национальной безопасности Российской Федерации.
6. Концепция противодействию терроризму в Российской Федерации (с изменениями от 2014 года).
7. Латчук В.Н. Рабочая тетрадь по основам безопасности жизнедеятельности для 11 класса / Латчук В.Н.. и др., М.: 2012. – 80 с.
8. Миронов, С.К. Тесты по основам безопасности жизнедеятельности: 10-11 класс / С.К. Миронов, В.К. Миронов, Т.А. Карташёва. – М.: Издательство «Экзамен», 2011. – 110 с.
9. Общевоинские уставы.
10. Постановление Совета Министров – Правительства Российской Федерации "О правилах дорожного движения" по состоянию на 25.08.2014 г.
11. Сальникова И.В. «Свой?» - «Чужой?» А стоит ли делить?: пособие для учащихся / И.В. Сальникова. М.: Просвещение, 2012.
12. Семейный кодекс Российской Федерации по состоянию на 25.08.2014 г.
13. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 кл. Часть 2: основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский; под общ. ред. А.Т. Смирнова. – 8-е изд. – М.: Просвещение, 2012.

14. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: тестовый контроль: 10-11 кл. / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, М.В. Маслов; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2011
15. Смирнова А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: метод. рекомендации: 5-11 кл. / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, М.В. Маслов; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2013.
16. Уголовный кодекс Российской Федерации по состоянию на 25.08.2014 г.
17. Устав гарнизонной, комендантской и караульной служб ВС РФ (Утвержден указом Президента РФ от 10 ноября 2007 г. № 1495) с изменениями в соответствии с Указом Президента РФ от 29 июля 2011 г. N 1039.
18. Федеральный закон «О безопасности дорожного движения» от 10 декабря 1995 г. № 196-ФЗ (последняя редакция с изменениями от 28 июля 2012 г.).
19. Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: сборник ситуативных задач: 10-11 кл. / Б.О. Хренников, Р.А. Дурнев, М.В. Маслов; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2013.
20. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учеб. для общеобразоват. учреждений: базовый и профил. уровни / А.Т. Смирнов, Б.О. Мишин; под ред. А.Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». – 5-е изд., перераб. – М.: Просвещение, 2013. – 351 с.
21. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учеб. для общеобразоват. учреждений: базовый и профил. уровни / А.Т. Смирнов, Б.О. Мишин; под ред. А.Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». – 5-е изд., перераб. – М.: Просвещение, 2013. – 320 с.
22. Абрамова С.В., Буйнов Л.Г., Громов Ю.В., Киселева Э.М., Макарова Л.П., Маликова Т.В., Малков С. П., Молодцова Е. Ю., Попова Р. И., Ребко Э. М., Станкевич П. В. Безопасность жизнедеятельности : Учебник и практикум Для СПО. - Москва: Юрайт, 2020. - 399 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/450781>
23. Каракеян В. И., Никулина И. М. Безопасность жизнедеятельности : Учебник и практикум Для СПО. - пер. и доп; 3-е изд.. - Москва: Юрайт, 2020. - 313 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/450749>
24. Ким С.В., Горский В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы : базовый уровень : учебник. - Москва: Издательский центр "Вентана-Граф", 2019. - 396 с.
25. Курбатов, В.А., Рысин, Ю.С., Яблочников, С.Л. Безопасность жизнедеятельности. Основы чрезвычайных ситуаций : учебное пособие для СПО. - Весь срок охраны авторского права; Безопасность жизнедеятельности. Основы чрезвычайных ситуаций. - Саратов: Профобразование, 2020. - 121 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/93574.html>
26. Резчиков Е. А., Рязанцева А. В. Безопасность жизнедеятельности : Учебник Для СПО. - пер. и доп; 2-е изд.. - Москва: Юрайт, 2020. - 639 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/465937>
27. Курдюмов В. И., Зотов Б. И. Безопасность жизнедеятельности: проектирование и расчет средств обеспечения безопасности : Учебное пособие Для СПО. - испр. и доп; 2-е изд.. - Москва: Юрайт, 2020. - 257 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/453176>
28. Родионова О.М., Семенов Д.А. Медико-биологические основы безопасности : Учебник Для СПО. - Москва: Юрайт, 2020. - 340 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/453147>

*Интернет-ресурсы:*

1. Интернет-ресурсы
2. <https://www.mchs.gov.ru/> (сайт МЧС РФ).
3. <https://www.pobediteli.ru/> (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
4. <http://simvolika.rsl.ru/index.php?f=41> (Государственные символы России. История и реальность).

*Электронно-справочные системы:*

1. **Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»** – база данных учебной, учебно-методической и научной литературы по основным изучаемым дисциплинам – <http://www.biblioclub.ru>
2. **Электронно-библиотечная система «Юрайт»: коллекция «Легендарные книги» и коллекция СПО** – электронные версии учебной и учебно-методической литературы – [www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru)
3. **Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU** – электронные версии российских научно-технических журналов – <http://elibrary.ru>
4. **Polpred.com Обзор СМИ** – электронный архив публикаций информагентств (коллекции: внешняя торговля, политика в РФ и за рубежом; образование, наука в РФ и за рубежом) – <http://polpred.com>
5. **Государственная информационная система «Национальная электронная библиотека»** – фонд электронных версий печатных изданий, электронных ресурсов, мультимедийных изданий и др. – <https://нэб.рф>
6. **Электронная библиотека ТГУ** – база данных научных трудов преподавателей – <https://elibrary.tsutmb.ru>
7. **Электронно-библиотечная система «Консультант студента»: Медицина. Здравоохранение (ВПО и СПО), Комплект Тамбовского ГУ (Гуманитарные науки)** – электронные версии учебников по медицине и гуманитарным наукам – <http://www.studentlibrary.ru>

*Периодические издания:*

1. **Безопасность жизнедеятельности: научно-практ. и учебно-метод. журнал**, 2004-2009 гг., 2010 г. (№ 1-7, 9-12), 2011-2013 гг. **Периодичность выхода:** 12 номеров в год [https://elibrary.ru/title\\_about.asp?id=8428](https://elibrary.ru/title_about.asp?id=8428)
2. **Гражданская защита 1994-2019 гг.** **Периодичность выхода:** 12 номеров в год [https://elibrary.ru/title\\_about.asp?id=9579](https://elibrary.ru/title_about.asp?id=9579)
3. **Чрезвычайные ситуации: образование и наука**, 2006-2016 **Периодичность выхода:** 2 номера в год [https://elibrary.ru/title\\_about.asp?id=41245](https://elibrary.ru/title_about.asp?id=41245)
4. **Безопасность техногенных и природных систем**, 2017-2019, **Периодичность выхода:** 4 номера в год [https://elibrary.ru/title\\_about\\_new.asp?id=64096](https://elibrary.ru/title_about_new.asp?id=64096)
5. **ОБЖ. Основы безопасности жизни»** – научно-методический и информационный журнал. 2003-2007 гг., 2008 г. (№ 1-6, 8-12), 2009-2012 гг. **Периодичность выхода:** 12 номеров в год

*Официальные издания:*

1. **Вестник образования России: журнал**, 2002-2018 гг. (№1-24) 2019 г. (№1-4). **Периодичность выхода:** 24 номера в год
2. **Российская газета: обществ.-полит.газета**, 2019 **Периодичность** 69 раз в год.
3. **Собрание законодательства Российской Федерации: офиц.издание**, 2014-2019 гг. **Периодичность выхода:** 52 номера в год

**ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**



## **ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Обучение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется в соответствии с:

Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 14.06.2013 №464);

Методическими рекомендациями по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования, в том числе оснащенности образовательного процесса (утверждены 08.04.2014 г. № АК-44/05вн);

Требованиями к организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональных образовательных организациях, в том числе оснащенности образовательного процесса (утверждены 26.12.2013 № 06-2412вн).

Методическими рекомендациями по реализации образовательных программ среднего профессионального образования и профессионального обучения лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (утверждены Минпросвещения России 10.04.2020г. № 05-398).

### **Лист внесения изменений**

в рабочую программу по дисциплине «БД.06 «Основы безопасности жизнедеятельности» по специальности «34.02.01 – Сестринское дело» утвержденную на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности Института права и национальной безопасности «06» июня 2017 года, протокол № 11.

Номер изменения	Текст изменения	Протокол заседания кафедры	
		№	дата
1	Внесение изменений в рабочие программы дисциплин с учетом дистанционных форм обучения	9	28.03.20
2	Обновление основной и дополнительной литературы в рабочих программах дисциплин с учетом развития современной науки	9	28.03.20

## Приложение 1.

### Фонд оценочных средств по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»

Фонд оценочных средств по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» разработан как приложение к рабочей программе общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций.

#### • ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Предметные результаты освоения учебного предмета/курса	обучающийся научится	обучающийся получит возможность научиться
предметные	<p>1) дать представления 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</p> <p>2) владение навыками здорового образа жизни;</p> <p>3) иметь представление о распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;</p> <p>4) иметь представление об основных мерах защиты (в том числе, в области гражданской обороны) и правилах поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</p> <p>5) 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;</p> <p>6) освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</p>	<p>– использовать знания основ государственной системы, российского законодательства, направленные на защиту населения от внешних и внутренних угроз;</p> <p>– сформировать представления о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;</p> <p>– использовать знания о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;</p> <p>– знанию факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;</p> <p>– сформировать умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;</p> <p>– 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;</p> <p>– владению основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных</p>

	7) основам медицинских знаний	состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике 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.
метапредметные	<p>1) владение 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;</p> <p>2) умению воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;</p> <p>3) развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;</p> <p>4) формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;</p> <p>5) формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;</p> <p>6) приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;</p> <p>7) формирование установки на</p>	<p>– овладению 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;</p> <p>– приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;</p> <p>– получение навыков взаимодействия с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;</p> <p>– 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;</p> <p>– освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;</p> <p>– развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки</p>

	здоровый образ жизни	
<b>личностные</b>	<p>1) развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;</p> <p>2) формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;</p> <p>3) освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера</p>	<p>– готовность к служению Отечеству, его защите;</p> <p>– исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);</p> <p>– воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;</p>

## 2. ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ

Оценка	отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно
<b>Качество ответов на вопросы по темам дисциплины</b>	полно излагает изученный материал, даёт правильное определенное понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры; излагает материал последовательно и правильно	даёт ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочёта	излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке теорий; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки	обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и теорий, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал
<b>Качество выполнения практических заданий</b>	все задания решены верно; изложение материала логично, грамотно, без ошибок	решено верно более 80 % всех заданий; могут встречаться негрубые ошибки	решено от 50 до 79 % всех заданий	допущены ошибки в более чем 50 % заданий.
<b>Количество правильных ответов в тесте</b>	90 – 100%	70 - 89%	50 – 69%	Менее 50%
<b>Качество рефератов</b>	выполнены все требования к написанию и	основные требования к реферату и его	имеются существенные отступления от	тема реферата не раскрыта, обнаруживается

	защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы	защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы	требований к реферированию. В частности, тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод	существенное непонимание проблемы
<b>Качество ответов на дифференцированном зачете</b>	1) ученик полно излагает изученный материал; 2) обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; 3) излагает материал последовательно и правильно	ученик дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для отметки «5», но допускает 1 - 2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1 - 2 недочета в последовательности	ученик обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но: 1) излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; 2) не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; 3) излагает материал непоследовательно и допускает ошибки	ученик обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал.

### **3. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **3.1. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

<b>№ п/п</b>	<b>Контролируемые разделы учебного предмета</b>	<b>Наименование оценочного средства</b>
1	Тема 1. Основы комплексной безопасности	Устный опрос; тестирование, реферат
2	Тема 2. Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций.	Устный опрос; тестирование, реферат, практическое задание
3	Тема 3. Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации	Устный опрос; тестирование, реферат
4	Тема 4. Основы здорового образа жизни.	Устный опрос; тестирование, реферат
5	Тема 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.	Устный опрос; тестирование, реферат, практическое задание
6	Тема 6. Основы обороны государства.	Устный опрос; тестирование, реферат, практическое задание
7	Тема 7. Правовые основы военной службы.	Устный опрос; тестирование, реферат
8	Тема 8. Элементы начальной военной подготовки.	Тестирование, практическое задание
9	Тема 9. Основы комплексной безопасности	Устный опрос

### **4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Промежуточная аттестация по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» проводится в форме дифференцированного зачета.

### **5. КОМПЛЕКТ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ УМЕНИЙ И ЗНАНИЙ В ХОДЕ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **5.1. Вопросы для устного опроса:**

##### **Тема 1. Основы комплексной безопасности**

1. В соответствии с каким государственным документом организуются мероприятия гражданской обороны в общеобразовательном учреждении?
2. Кто возглавляет гражданскую оборону в общеобразовательном учреждении?

##### **Тема 2. Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций.**

1. При каких обстоятельствах человек может попасть в условия вынужденной автономии в природной среде?
2. Какими качествами, на ваш взгляд, должен обладать человек, чтобы решиться на добровольную автономию в природной среде?

3. Как вести себя человеку, оказавшемуся в экстремальной ситуации в природной среде, – отправиться немедленно в путь навстречу помощи или ожидать ее на месте? Обоснуйте свой ответ с учетом специфики природной среды вашего региона.

4. Как природная зона (пустыня, горы, тайга, тундра) обуславливает специфику жизнедеятельности человека, оказавшегося в ситуации автономного или добровольного существования?

5. Какой режим поведения необходим для выживания в той или иной природной зоне?

6. Почему землетрясения считаются самыми опасными среди чрезвычайных ситуаций природного характера?

7. В проведении каких мероприятий будет участвовать население (в том числе и вы) при объявлении угрозы наводнения

8. Какие крупные транспортные катастрофы, повлекшие человеческие жертвы, произошли на территории Российской Федерации в последние годы?

9. С какой целью создается система оповещения населения при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций?

### **Тема 3. Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации**

1. Какие вам известны федеральные законы по защите населения России от социальных угроз: терроризма, экстремизма, наркотизма?

2. Назовите основные принципы и направления противодействия террористической деятельности.

3. Какие виды преступлений и наказаний предусмотрены Уголовным кодексом Российской Федерации за террористическую деятельность?

4. Какие виды терроризма вам известны? Охарактеризуйте их.

5. Какие основные положения Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации вы можете назвать?

6. Терроризм, экстремизм, наркотизм – сущность и угрозы безопасности личности и общества.

7. Каким образом происходит вовлечение подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность?

8. Какая предусмотрена ответственность несовершеннолетним за правонарушения?

9. Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве).

10. Как себя необходимо вести при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников?

11. Назовите правила личной безопасности при посещении массовых мероприятий.

### **Тема 4. Основы здорового образа жизни.**

1. Какие инфекционные заболевания возникают наиболее часто на территории РФ?

2. Что такое иммунитет?

3. Что такое здоровый образ жизни?

4. Какую роль он играет в жизни человека?

5. От каких факторов он зависит?

6. Какие составляющие он в себя включает?

7. На что он направлен?

8. Какую роль играет в здоровом образе жизни здоровое питание?

9. В чем заключается здоровое питание?

10. Что такое культура питания?

11. К соблюдению каких правил она сводится?

12. Назовите основные правила здорового питания.



13. Что такое биоритмы?
14. Какую роль играют биоритмы в жизни человека?
15. Какие бывают биоритмы, исходя из их периодичности?
16. Какие биоритмы особенно важны для человека?
17. Как, исходя из особенностей суточных биоритмов, можно классифицировать людей?
18. В чем особенность биоритмов «жаворонков», «голубей», «сов»?
19. Назовите научно-обоснованные часы активной работы, отдыха и отхода ко сну для своего биоритмического типа.
20. Что такое утомление и чем оно отличается от усталости и утомляемости?
21. Опишите физиологический механизм утомления.
22. Как бороться с утомлением и усталостью?
23. Почему согласно Кодексу Российской Федерации об административных правонарушениях, на ваш взгляд, ужесточены наказания для пешеходов и водителей, нарушающих Правила дорожного движения?
24. Почему любое транспортное средство является источником опасности?
25. Что такое личная гигиена и какова ее структура?
26. Меняются ли правила личной гигиены с изменением возраста человека?
27. Какое правило личной гигиены вы считаете главным?
28. В чем состоит великое гигиеническое изобретение русского народа?
29. Какие правила по гигиене одежды и жилища вы знаете?
30. Каким образом гигиена связана с физической культурой?
31. В чем проявляется нравственность во взаимоотношениях полов?
32. Как она связана с физическим здоровьем человека?

#### **Тема 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.**

1. Что такое ИППП и в чем их опасность для человека?
2. Какие ИППП вы знаете? Кратко охарактеризуйте.
3. В чем заключается профилактика ИППП?
4. Какое кровотечение называется наружным, а какое внутренним?
5. Назовите признаки сильного наружного артериального и венозного кровотечений.
6. К какому виду можно отнести кровотечение, если кровь из раны вытекает непрерывно, спокойно и имеет темный цвет?
7. Каковы правила оказания первой медицинской помощи при кровотечениях?
8. Какие вам известны способы временной остановки кровотечения? Для каких целей предназначена давящая повязка.
9. Что необходимо сделать с раной перед наложением давящей повязки?
10. В каких местах нужно прижать артерию, чтобы остановить кровотечение?
11. Как правильно наложить жгут при повреждении крупных артериальных сосудов ног и рук?
12. При кровотечении из руки или ноги врачи рекомендуют поднять руку или ногу. Как вы думаете, зачем?
13. Назовите признаки внутреннего кровотечения.
14. Что необходимо делать и какие рекомендации выполнять при внутреннем кровотечении?
15. Как классифицируют раны?
16. Что нужно делать для профилактики загрязнения ран?
17. Назовите последовательность оказания первой медицинской помощи при обширной и незначительной открытой ране.

## **Тема 6. Основы обороны государства.**

1. Кто после распада Советского Союза стал основным правопреемником Вооруженных Сил СССР?
2. Расскажите о самых ярких эпизодах участия ВДВ в Великой Отечественной войне.
3. Что такое устав в Вооруженных силах? Что предпринял Иван Грозный по созданию сильной военной организации?
4. Что характерно для военных реформ, проведенных Иваном Грозным?
5. Каковы отличительные признаки поместного войска? Стрелецкого войска?
6. Каковы заслуги Петра I в военных преобразованиях?
7. Что существенно было изменено в вооруженных силах России под руководством Д.А.Милютина?
8. Чем была вызвана необходимость военных реформ 1905-1912 гг.? В чем их значение?

## **Тема 7. Правовые основы военной службы.**

1. Какие воинские уставы вы знаете?
2. Являются ли воинские уставы нормативно-правовыми актами?
3. Что регулируют воинские уставы?
4. В чем заключается предназначение Боевого Знамени для воинской части?
5. С какого года воинское знамя стало называться Боевым знаменем?
6. Каковы значение и роль международной деятельности ВС РФ?
7. Что включает в себя Международная деятельность ВС РФ?
8. Какая существует правовая база для проведения миротворческой деятельности ВС РФ?
9. Что такое служба по контракту?
10. Чем служба по контракту отличается от службы по призыву?
11. Кто может поступить на службу по контракту?
12. Происходит ли отбор граждан на службу по контракту, а если происходит, то по каким критериям?
13. Должности каких составов военнослужащих могут замещаться военнослужащими по контракту?
14. В чем, по вашему мнению, состоят особенности прохождения службы военнослужащими женского пола?
15. Как поступают на военную службу граждане женского пола?
16. Как заключается контракт о прохождении военной службы?
17. Кем осуществляется отбор кандидатов для поступления на военную службу по контракту?
18. Требования, предъявляемые к гражданину, поступающему на военную службу по контракту?
19. Кто определяет соответствие граждан предъявляемым требованиям?
20. Какие виды контрактов о прохождении военной службы существуют?
21. Какой предельный возраст военнослужащих для прохождения военной службы по контракту?
22. Каков предельный возраст военнослужащих женского пола для прохождения военной службы по контракту?
23. Может ли быть заключен контракт с военнослужащим, достигшим предельного возраста пребывания на военной службе?
24. В каких случаях военнослужащий, проходящий военную службу по контракту, может быть направлен для прохождения службы по призыву?
25. Что служит основанием для отказа в заключении контракта о прохождении военной службы?

26. Можно ли обжаловать отказ в заключении контракта о прохождении военной службы?
27. При каких условиях может быть расторгнут контракт?
28. Понятие альтернативной службы, т.е. ответить на вопрос: «Какого рода деятельностью является альтернативная служба?»
29. Сроки прохождения альтернативной службы.
30. Порядок направления на альтернативную службу.
31. Права и льготы граждан, призванных на альтернативную службу.
32. Обязанности граждан, призванных на альтернативную службу.

#### **Тема 8. Элементы начальной военной подготовки.**

1. Какие строевые приемы и движения с оружием и без оружия вам известны?
2. Охарактеризуйте строй отделения: развернутый, походный.
3. Какого назначения и боевые свойства личного оружия?
4. Опишите порядок неполной разборки и сборки оружия (на примере автомата Калашникова).
5. Назовите приемы и правила стрельбы.
6. Назовите обязанности солдата в бою.
7. Какие способы метания ручных осколочных и противотанковых гранат вам известны?
8. Какие существуют способы ориентирования на местности?
9. Охарактеризуйте движение по азимуту.
10. Назовите общие требования к безопасности военной службы.
11. Предупреждение гибели и травматизма военнослужащих.

#### **Тема 9. Военно-профессиональная деятельность.**

1. Что такое боевая деятельность?
2. Какие виды высших военно-учебных заведений вам известны?
3. Опишите порядок подготовки и поступления в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.
4. В чем особенности военно-профессиональной деятельности.
5. Охарактеризуйте профессиональную деятельность военных.

### **5.2. Тестовые задания.**

#### **Тема 1. Основы комплексной безопасности**

1. Какие из ЧС не попадают под определение «техногенные»?
  - 1) землетрясение;
  - 2) пожар на промышленном предприятии;
  - 3) ураган;
  - 4) авария на АЭС.
2. При аварии с утечкой хлора вы:
  - 1) укроетесь в подвале дома;
  - 2) поднимитесь на верхние этажи дома;
  - 3) останетесь в своей квартире на первом этаже.
3. При аварии с утечкой аммиака вы решили использовать ватно-марлевую повязку. Каким раствором её следует смочить?
  - 1) 2% раствором нашатырного спирта;
  - 2) раствором уксусной или лимонной кислоты;

3) 5% раствором соды.

4. Открыв дверь квартиры на 9-м этаже, вы обнаружили сильное задымление. Ваши действия:

- 1) спуститесь на лифте вниз и выбежите из здания;
- 2) оперативно выявите источник задымления;
- 3) плотно закроете дверь и позвоните по 112 (01).

5. Во время грозы вы оказались в поле, в лесу, на открытой местности. Что нужно сделать, чтобы уменьшить вероятность поражения молнией?

- 1) немедленно укрыться под деревом, лучше отдельно стоящим;
- 2) укрыться под опорой линии электропередач, т.к. она заземлена и молния уйдёт в землю;
- 3) лечь на землю, в канаву.

6. Вашего приятеля во время грозы поразила молния. Определите, какой из предложенных способов спасения может повредить ему?

- 1) сделать искусственное дыхание;
- 2) закопать пострадавшего в землю;
- 3) согреть тело пострадавшего.

7. Землетрясение застало вас на улице. Что необходимо сделать?

- 1) бежать укрываться в подвал;
- 2) забежать в первый попавшийся подъезд;
- 3) отбежать на середину улицы, на площадь или пустырь – подальше от зданий, сооружений, столбов линий электропередач.

8. Придя вечером домой, вы обнаружили запах газа. Ваши действия:

- 1) включите свет, позвоните по телефону «04»;
- 2) сообщите соседям и от них позвоните в газовую службу;
- 3) откроете окна, перекроете газ и, если запах газа не устраняется, позвоните от соседей по «04».

9. Пары какого из перечисленных веществ являются наиболее токсичными?

- 1) хлора;
- 2) аммиака;
- 3) ртути.

10. Отправившись в лес за грибами, вы заблудились. По каким признакам можно определить стороны света?

- 1) мхи и лишайники покрывают южную сторону деревьев и камней;
- 2) муравьи устраивают жилища к югу от ближайшего дерева или куста.

## **Тема 2. Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций.**

1. Гражданская оборона – это:

а) система мероприятий по прогнозированию, предотвращению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в военное время;

б) система обеспечения постоянной готовности органов государственного управления для быстрых и эффективных действий по организации первоочередного жизнеобеспечения населения при ведении военных действий на территории Российской Федерации;

в) система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.

2. Кто осуществляет руководство ГО на территории РФ:

- а) специально уполномоченный представитель органов местного самоуправления;
- б) руководитель общеобразовательного учреждения;
- в) правительство РФ

3. Ведение ГО на территории РФ или отдельных ее местностях начинается:

- а) с началом объявления о мобилизации взрослого населения;
- б) с момента объявления или ведения Президентом Российской Федерации чрезвычайного положения на территории Российской Федерации или отдельных ее местностях.

в) с момента объявления состояния войны, фактического начала военных действий или ведения Президентом Российской Федерации военного положения на территории Российской Федерации и в отдельных ее местностях.

4. В каком году была создана ГО:

- а) 1947;
- б) 1932;
- в) 1945.

5. 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, состоящего из ультрафиолетовых, видимых и инфракрасных лучей;

в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.

6. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:

а) избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва; облако, зараженное отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра; изменение состава атмосферного воздуха;

б) ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электромагнитный импульс;

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.

7. Воздействие какого порождающего фактора ядерного взрыва может вызвать ожоги кожи, поражения глаз человека и пожары:

- а) световое излучение;
- б) проникающая радиация;
- в) электромагнитный импульс.

8. Проникающая радиация – это:

- а) поток радиоактивных протонов;
- б) поток невидимых нейтронов;

в) поток гамма-лучей и нейтронов.

9. Под влиянием ионизации в организме человека возникают биологические процессы, приводящие:

а) к нарушению жизненных функций отдельных органов и развитию лучевой болезни;

б) к нарушениям деятельности центральной нервной системы и опорно-двигательного аппарата;

в) к нарушениям деятельности сердечно-сосудистой системы и нарушению зрения.

10. Дополните предложение. Химическое оружие – это ...

а) оружие поражения, действие которого основано на использовании опасных химических элементов;

б) оружие, действие которого основано на использовании химической энергии;

в) оружие массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах некоторых химических веществ;

г) оружие массового поражения, действие которого основано на действии некоторых химических элементов, изменяющих свою природу.

11. Какими признаками характеризуется применение химического оружия?

а) понижение или повышение температуры воздуха;

б) маслянистые пятна на листьях, грунте, зданиях, а также возле воронок разорвавшихся бомб и снарядов;

в) изменение естественной окраски растительности (например, побурение зеленых листьев);

г) люди ощущают раздражение носоглотки, глаз, ощущение тяжести в груди.

12. На какие группы подразделяются отравляющие вещества в соответствии с действием на организм человека?

а) удушающее, кожно-разрывные;

б) частноядовитые, нервно-психологические;

в) общеядовитые, нервно-паралитические;

г) раздражающие, психохимические.

13. Какие отравляющие вещества относятся к удушающим?

а) хлорофос;

б) карбофос;

в) иприт;

г) фосген.

14. Какие отравляющие вещества относятся к общеядовитым?

а) плавиковая кислота;

б) хлорциан;

в) хлорацетофенон;

г) синильная кислота.

### **Тема 3. Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации**

1. Что не является главной целью террористов?

А. Психологическое воздействие.

Б. Уничтожение противника.

- В. Самореклама.
- Г. Способ достижения цели.
- 2. Что такое «диверсия»?
  - А. убийство диктаторов.
  - Б. партизанская война в городе.
  - В. операция по уничтожению коммуникаций и живой силы противника в тылу врага.
- 3. Главный способ финансирования террористической деятельности
  - А. правительственные ассигнования. Б. банковские вложения
  - В. частные пожертвования
  - Г. наркобизнес
- 4. Несмотря на отсутствие общепринятого определения понятия «терроризм», тем не менее, практически все его определения трактуют «терроризм» как способ решения:
  - А. Политических проблем путем убеждения
  - Б. Экономических проблем путем реформирования
  - В. Политических проблем методом насилия
  - Г. Экономических проблем методом насилия.
- 5. При освобождении заложников возникла перестрелка. Что нужно, чтобы пуля не попала в тебя
  - А. сразу лечь
  - Б. оглядеться в поисках укрытия
  - В. можно укрыться за ближайшим автомобилем или под ним
  - Г. проскользнуть в подворотню, подъезд или окно первого этажа.
- 6. Назовите орган управления или структурное подразделение министерств и ведомств Российской Федерации, задача которого - предупреждение, выявление и пресечение террористической деятельности с корыстными целями:
  - А. Министерство внутренних дел РФ
  - Б. Служба внешней разведки РФ
  - В. Федеральная служба безопасности РФ
  - Г. Министерство обороны РФ.
- 7. Найдите ошибку в перечисленных ниже правилах поведения при обнаружении взрывного устройства:
  - А. не дожидаясь специалистов, унесите подозрительный предмет в безопасное место.
  - Б. исключите использование мобильных телефонов, средств связи и т.п., т.к. они способны вызвать срабатывание радио-взрывателя
  - В. немедленно сообщите об обнаруженном подозрительном предмете в правоохранительные органы
- 8.\*\*\* Меры противодействия террористическим актам:
  - А. подвальные и чердачные помещения оставить свободными для входа
  - Б. в вагоне поезда, метро, в салоне автобуса не прикасаться к пакетам, оставленным без присмотра
  - В. на чердаках можно хранить макулатуру и другие непригодные вещи
  - Г. постарайтесь запомнить приметы подозрительных людей и сообщить о них сотрудникам правоохранительных органов
- Д. на входные двери в подъезд в жилых домах необязательно устанавливать домофоны.
- 9. Посоветуйте безопасные действия для группы людей при захвате их террористами:
  - А. выражать свое недовольство, кричать, призывать на помощь
  - Б. не задавать вопросы и не смотреть террористам в глаза.
  - В. проинформировать захватчиков о социальном статусе заложников

10. Согласно ст. 230 УК РФ за склонение к потреблению наркотиков предусмотрено наказание:

- А. административный штраф и конфискация имущества
- Б. лишение свободы на срок от 6 до 15 лет и более лет, а также пожизненное заключение
- В. наложение ареста на недвижимость и заключение под стражу.
- Г. лишение свободы на срок от 3 до 12 лет

#### **Тема 4. Основы здорового образа жизни.**

1. Употребление одурманивающих веществ приводит к хроническому отравлению организма:

- а) Поражается нервная система;
- б) Разрушается головной мозг;
- в) Развивается сердечная и печеночная недостаточность;
- г) Нарастает полнейшая деградация личности;
- д) Несколько увеличивается работоспособность

2. Какое влияние на организм оказывают наркотические вещества?

- а) Стимулируют обменные процессы;
- б) Вызывают зависимость от их применения;
- в) Активизируют работу мозга.

3. Из перечисленных ниже лекарственных средств выберите наркотический препарат:

- а) Аспирин;
- б) Кодеин;
- в) Кокаин.

4. Дополните фразу: «\_\_\_\_\_ – тяжелое заболевание, вызываемое злоупотреблением наркотиков, и приобретенное патологическое пристрастие к ним».

5. Образование раковых опухолей у курильщиков вызывает:

- а) Никотин;
- б) Эфирные масла, содержащиеся в табаке;
- в) Радиоактивные вещества, содержащиеся в табаке;
- г) Цианистый водород, содержащиеся в табаке.

6. Пассивный курильщик, это человек:

- а) Выкуривающий до 2 сигарет в день;
- б). Выкуривающий одну сигарету натошак;
- в) Находящийся в одном помещении с курильщиком.

7. Почему у курильщиков хриплый голос?

- а). Горячий дым со смолами раздражает голосовые связки;
- б). Никотин повреждает сосуды гортани;
- в). Диоксид углерода раздражает слизистую оболочку гортани.

8. За счет какой части населения в последние десятилетия возрастает число курильщиков?

- а) Мужчин;
- б) Женщин;
- в) Детей и подростков



9. Кто способствовал широкому распространению табакокурения?

- а) Магеллан;
- б) Колумб;
- в) Васко да Гама.

10. Из перечисленных веществ выберите те, что в состав табачного дыма входят:

- а) Никотин;
- б) Синильная кислота и мышьяк;
- в) Стирол;
- г) Угарный газ;
- д) Канцерогенные смолы

11. Алкоголизм – это:

- а) Заболевание на почве пьянства, в большинстве случаев с неблагоприятным прогнозом;
- б) Кратковременное состоянием алкогольного опьянения;
- в) Умеренное потребление спиртных напитков.

12. На работу каких органов, алкоголь оказывает наибольшее влияние?

- а) печени;
- б) мышечного аппарата;
- в) легких.

13. По каким признакам можно узнать человека, страдающего алкоголизмом?

- а) повышенная работоспособность;
- б) приподнятое настроение;
- в) отсутствие меры при употреблении спиртного.

14. Какое психоэмоциональное состояние человека способствует злоупотреблению спиртным?

- а) одиночество;
- б) целеустремленность;
- в) сопереживание чужим проблемам.

15. Влияние алкоголя, никотина и наркотиков на обмен веществ:

- а) Угнетают обмен белков и углеводов;
- б) «Внедряются» в нормальный обмен и, оставаясь ядами, становятся необходимыми организму – возникает зависимость от них;
- в) Отравляют организм, не вмешиваясь в обмен веществ.

16. Из перечисленных ниже симптомов выберите те, которые являются признаками алкогольного опьянения:

- а) Ухудшение слуха;
- б) Головокружение, тошнота;
- в) Пожелтение кожи;
- г) Отсутствие реакции зрачков на свет;
- д) Уменьшение сердечных сокращений и понижение артериального давления;
- е) Отсутствие речи;
- ж) Возбуждение и депрессивное состояние;
- з) Повышение температуры.

17. Назовите факторы, связанные с риском заболевания алкоголизмом:

- 1). Нерегулярное питание;
- 2). Плохая успеваемость в школе;
- 3). Доступность потребления алкоголя.

18. Выберите отрасли здравоохранения:

- а) Аптеки и фармацевтические предприятия
- б) Фонды обязательного медицинского страхования
- в) Торгово-развлекательные
- г) Лечебно-профилактические

19. Выберите основные принципы охраны здоровья:

- а) Доступность медико-социальной помощи
- б) Доступность табачной продукции
- в) Приоритет профилактических мер

### **Тема 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.**

1. Что такое гипоксия?

- А) кислородное голодание;
- Б) обезвоживание организма;
- В) перегрев организма;
- Г) охлаждение организма;
- Д) тепловое облучение.

2. Характерные признаки артериального кровотечения:

- А) Кровь тёмного цвета, вытекает ровной струёй.
- Б) Кровь алого цвета, вытекает пульсирующей струёй.
- В) Кровоточит вся поверхность, вытекает в виде небольших капель.

3. Самым надёжным способом остановки кровотечения в случае повреждения крупных артериальных сосудов рук и ног является:

- А) наложение давящей повязки;
- Б) пальцевое прижатие;
- В) максимальное сгибание конечности;
- Г) наложение жгута;

4. На какой срок жгут накладывается летом?

- А) На час
- Б) На 1 ч 30 мин
- В) На 2 часа
- Г) На 2 ч 30 мин
- Д) На 3 часа

5. Через сколько минут после наложения жгута его необходимо ослаблять на несколько минут

- А) 30-50 мин;
- Б) 30-40 мин;
- В) 20-30 мин;
- Г) 20-25 мин.

6. При закрытом переломе со смещением костей необходимо:

- А) Поправить смещение и наложить шину
- Б) Наложить шину
- В) Наложить шину с возвращением костей в исходное положение
- Г) Перевязать рану, не тревожа перелом, и наложить шину

7. Определите последовательность оказания первой медицинской помощи при открытых переломах:

А) придать пострадавшему удобное положение, аккуратно вправить кость в первоначальное положение, наложить повязку и провести иммобилизацию, доставить пострадавшего в лечебное учреждение;

Б) дать обезболивающее средство, провести иммобилизацию конечности, направить пострадавшего в лечебное учреждение;

В) остановить кровотечение, наложить стерильную повязку, дать обезболивающее средство, провести иммобилизацию, доставить пострадавшего в лечебное учреждение.

8. Назовите признаки открытого перелома

- А) боль, припухлость;
- Б) открытая рана, видна костная ткань, боль, нарушение двигательной функции поврежденного органа
- В) боль, припухлость, кровотечение
- Г) нарушение двигательной функции поврежденного органа, боль, припухлость, деформация в месте травмы.

9. При оказании первой помощи в случае перелома запрещается:

- А) проводить иммобилизацию поврежденных конечностей;
- Б) вставлять на место обломки костей и вправлять на место вышедшую кость;
- В) останавливать кровотечение.

10. Когда проводят реанимацию

- А) при переломе;
- Б) при кровотечении;
- В) когда отсутствует дыхание и сердечная деятельность;
- Г) при вывихе ноги;
- Д) нет правильного ответа

11. При тепловом ударе необходимо

А) пострадавшего раздеть, уложить на спину с приподнятыми конечностями и опущенной головой, положить холодные компрессы на голову, шею, грудь, дать обильное холодное питьё;

Б) уложить пострадавшего в постель, дать чай, кофе, в тяжелых случаях пострадавшего следует уложить на спину с опущенными конечностями и приподнятой головой;

В) уложить пострадавшего в постель, дать холодные напитки, в тяжелых случаях пострадавшего следует уложить на спину с опущенными конечностями и приподнятой головой.

12. Во время тяжёлой физической работы в помещении с высокой температурой воздуха и влажностью возможен

- А) солнечный удар;
- Б) травматический шок;
- В) травматический токсикоз;
- Г) тепловой удар.

13. Как правильно обработать рану?

- А) продезинфицировать рану спиртом и туго завязать;
- Б) смочить йодом марлю и наложить на рану;
- В) обработать рану перекисью водорода;
- Г) смазать саму рану йодом;
- Д) посыпать солью

14. При наложении повязки запрещается:

- А) касаться руками стерильной части бинта, соприкасающейся с раной;
- Б) касаться руками стерильной части бинта, не соприкасающейся с раной;
- В) делать перекрутку бинта

15. Признаки теплового удара

А) повышение температуры тела, появляются озноб, разбитость, головная боль, головокружение, покраснение кожи лица, резкое учащение пульса и дыхания, заметны потеря аппетита, тошнота, обильное потоотделение;

Б) понижение температуры тела, появляются озноб, разбитость, головная боль, головокружение, покраснение кожи лица, резкое учащение пульса и дыхания, заметны потеря аппетита, тошнота;

В) повышение температуры тела, головная боль, покраснение кожи лица, обильное потоотделение.

16. Иммобилизация это

- А) сбор военнослужащих;
- Б) приведение в свободное состояние частей тела;
- В) приведение в неподвижное состояние части тела (конечность, позвоночник).

17. При отсутствии подходящей шины при переломе большой берцовой кости возможно:

- А) иммобилизовать конечность при помощи скотча;
- Б) иммобилизовать конечность при помощи клея и брезента;
- В) прибинтовать больную ногу к здоровой.

18. Когда должен применяться непрямой массаж сердца?

- А) после освобождения пострадавшего от опасного фактора;
- Б) при повышении артериального давления;
- В) при отсутствии пульса;
- Г) при применении искусственного дыхания;
- Д) при кровотечении

19. Причинами сердечной недостаточности могут быть:

А) ревматические поражения сердечной мышцы, пороки сердца, инфаркт миокарда, физическое перенапряжение, нарушение обмена веществ и авитаминозы;

Б) внутреннее и наружное кровотечение, повреждение опорно-двигательного аппарата, переутомление, тепловой и солнечный удары;

В) тяжелые повреждения, сопровождающиеся кровопотерей, размоложение мягких тканей, раздробление костей, обширные термические ожоги.

## **Тема 6. Основы обороны государства.**

1. Вооружённые Силы – это:

А) вооружённая организация государства, одно из важнейших орудий политической власти;

Б) составная часть государства, защищающая его рубежи от нападения противника;

В) вооружённая система государства, обеспечивающая защиту его интересов и находящаяся в постоянной готовности для отпора возможной агрессии со стороны другого государства.

2. К видам Вооружённых Сил РФ относятся:

А) РВСН, артиллерийские войска, войска ПВО, мотострелковые войска;

Б) Сухопутные войска, Воздушно-Космические Силы, Военно-Морской флот;

В) Сухопутные войска, Воздушно-десантные войска, танковые войска, мотострелковые войска.

3. Ракетные войска стратегического назначения – это:

А) войска, оснащённые ракетно-ядерным оружием, предназначенные для нанесения удара по противнику;

Б) войска, оснащённые ракетным оружием, предназначенные для нанесения удара по противнику в любой точке земного шара;

В) войска, оснащенные ракетно-ядерным оружием, предназначенные для выполнения стратегических задач.

4. Сухопутные войска – это:

А) вид Вооружённых Сил, предназначенный для ведения боевых действий преимущественно на суше;

Б) вид войск, предназначенный для решения стратегических и локальных задач;

В) род войск, предназначенный для выполнения любых боевых задач при ведении военных действий.

5. Воздушно-Космические Силы – это:

А) вид Вооружённых Сил, предназначенный для нанесения ударов по авиационным, сухопутным и морским группировкам противника, его административно-политическим, промышленно-экономическим центрам в целях дезорганизации государственного и военного управления, нарушения работы тыла и транспорта, а также ведения воздушной разведки и воздушных перевозок;

Б) вид войск, предназначенный для ведения боевых действий в воздухе, подавления живой силы и техники противника, переброски в заданные районы Воздушно-десантных войск, поддержки в военных операциях частей и соединений ВМФ и Сухопутных войск;

В) род войск, предназначенный для выполнения боевых задач в воздухе при ведении боевых действий как на своей территории, так и на территории противника.

6. Основу боевой мощи ВКС составляют:

А) истребительная и бомбардировочная авиация;

Б) сверхзвуковые всепогодные самолёты, оснащённые разнообразным бомбардировочным, ракетным и стрелково-пушечным вооружением;

В) личный состав ВКС, Воздушно-десантные войска, самолёты различных модификаций.

7. Военно-Морской Флот – это:

А) род войск, обеспечивающий выполнение боевых задач по разгрому военно-морских сил противника;

Б) вид войск, обеспечивающий решение боевых задач с применением специальной военной техники и вооружения;

В) вид Вооружённых Сил, предназначенный для нанесения ударов по промышленно-экономическим центрам, важным военным объектам противника и разгрома его военно-морских сил.

8. В организационном отношении ВМФ России включает:

А) Северный, Тихоокеанский Черноморский, Балтийский флоты, Каспийскую флотилию и Военно-Морская База в Санкт-Петербурге;

Б) Черноморский, Балтийский, Каспийский и Дальневосточный флоты и ВМБ в Санкт-Петербурге;

В) Северный, Тихоокеанский, Черноморский, Каспийский, Балтийский флоты и ВМБ в Санкт-Петербурге

9. Воздушно-десантные войска – это:

А) вид Вооружённых Сил, предназначенный для боевых действий в тылу противника;

Б) род войск, предназначенный для боевых действий в тылу противника;

В) вид войск, предназначенный для боевых действий с применением специальной военной техники.

10. Тыл Вооружённых Сил – это:

А) силы и средства, осуществляющие тыловое и техническое обеспечение армии и флота;

Б) вид войск, осуществляющий тыловое обеспечение армии и флота в мирное и военное время;

В) род войск, осуществляющий техническое обеспечение армии и флота в мирное и военное время.

11. Специальные войска предназначены для:

А) выполнения стратегических задач по разгрому противника на его территории;

Б) выполнения специальных задач по обеспечению боевой и повседневной деятельности Вооружённых Сил;

В) выполнения первоочередных боевых задач при обороне и наступлении армии и флота.

12. Под обороной государства понимается:

А) вооружённая система государства, обеспечивающая защиту его интересов от агрессии со стороны других государств;

Б) система военных реформ, направленных на совершенствование вооружённых Сил государства при подготовке их к вооружённой защите от агрессии;

В) система политических, экономических, военных, социальных и иных мер по подготовке к вооружённой защите и вооружённая защита РФ, целостности и неприкосновенности её территории.

13. Одним из направлений проводимой в настоящее время военной реформы является:

А) перевод комплектования Вооружённых Сил и других войск на контрактную основу;

Б) создание превосходства ВС России над ВС блока НАТО;

В) уточнение задач Вооружённым Силам на участие во внутренних вооружённых конфликтах.

14. Какие из приведённых ниже войск не входят в состав Вооружённых Сил РФ:
- А) пограничные войска, войска ГО, железнодорожные войска;
  - Б) инженерные войска, войска связи, войска радиационной, химической и биологической защиты;
  - В) специальные войска: автомобильные, дорожные, трубопроводные, радиотехнические, топогеодезические.
15. К видам Вооружённых Сил РФ не относятся:
- А) Сухопутные войска;
  - Б) Войска ПВО страны;
  - В) Ракетные войска стратегического назначения.
16. Основу обороны Российской Федерации составляют:
- А) Вооружённые Силы РФ;
  - Б) аэромобильный отряд спасателей «Центроспас» МЧС РФ;
  - В) Пограничные и Внутренние войска РФ.
17. Основу Сухопутных войск составляют:
- А) мотострелковые войска;
  - Б) бронетанковые войска;
  - В) Ракетные войска и артиллерия Сухопутных войск.
18. Главными родами сил Военно-Морского Флота РФ являются:
- А) надводные корабли и подводные лодки;
  - Б) морская пехота и береговые ракетно-артиллерийские войска ВМФ;
  - В) подводные лодки и авиация ВМФ.

### **Тема 7. Правовые основы военной службы.**

1. Дополните фразу: «Установленный законом долг граждан нести службу в рядах Вооружённых Сил и выполнять другие обязанности, связанные с обороной страны, называется \_\_\_\_\_».
2. Обязанность граждан России по защите Отечества и несению военной службы определена в:
- А) Конституции РФ;
  - Б) Федеральном законе;
  - В) постановлении Правительства РФ;
  - Г) указе Президента РФ.
3. Первоначальная постановка на воинский учет юношей осуществляется в период:
- А) с 1 января по 31 марта в год достижения ими возраста 16 лет;
  - Б) с 1 января по 31 марта в год достижения ими возраста 17 лет;
  - В) с 1 января по 31 мая в год достижения ими возраста 18 лет;
  - Г) с 1 января по 31 мая в год достижения ими возраста 17 лет.
4. Гражданин, состоящий на воинском учете, обязан сняться с него при переезде на новое местожительство на срок более:
- А) 2 недель;
  - Б) 6 месяцев;
  - В) 3 месяцев;
  - Г) 1 года.

5. Комиссия по постановке граждан на воинский учет утверждается главой органа местного самоуправления (местной администрации) в следующем составе:

А) военный комиссар района (города) либо заместитель военного комиссара, специалист по профессиональному психологическому отбору, секретарь комиссии, врачи-специалисты;

Б) представитель командования военного округа, представитель органа местного самоуправления, врачи-специалисты;

В) военный комиссар района (города), руководитель (заместитель руководителя) органа внутренних дел, секретарь комиссии, врачи (хирург, терапевт, невропатолог);

6. Заключение по результатам освидетельствования категории «Б» означает:

А) годен к военной службе с незначительными ограничениями;

Б) временно не годен к военной службе;

В) ограниченно годен к военной службе.

7. Общие правила и обязанности военнослужащих, взаимоотношения между ними, обязанности основных должностных лиц полка и его подразделений, а также правила внутреннего распорядка определяет:

А) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации;

Б) Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации;

В) Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации.

8. Из приведенных ниже ответов определите, кто освобождается от призыва на военную службу:

А) имеющие ребенка, воспитываемого без матери, имеющие двух или более детей, имеющие ребенка в возрасте до 3 лет, мать которых, кроме них, имеет двух и более детей в возрасте до 8 лет или инвалида с детства и воспитывает их без мужа (жены);

Б) признанные не годными или ограниченно годными к военной службе по состоянию здоровья, проходящие или прошедшие военную, или альтернативную гражданскую службу в Российской Федерации, прошедшие военную службу в другом государстве, имеющие ученую степень кандидата или доктора наук;

В) граждане, достигшие возраста 18 лет и не состоящие на воинском учете, не прошедшие медицинское освидетельствование в полном объеме и в установленные сроки, граждане, временно пребывающие за границей.

9. Какую ответственность несут военнослужащие за проступки, связанные с нарушением воинской дисциплины, норм морали и воинской чести:

А) административную;

Б) уголовную;

В) дисциплинарную.

10. Заключение по результатам освидетельствования категории «Г» означает:

А) не годен к военной службе;

Б) временно не годен к военной службе;

В) годен к военной службе с незначительными ограничениями.

11. В каком возрасте призываются мужчины на военную службу в Российскую армию?

А) от 16 до 18 лет;

Б) от 18 до 27 лет;

В) от 28 до 32 лет;



Г) от 33 до 35 лет.

12. В документах по воинскому учёту содержат следующие сведения о гражданине:

- А) дата рождения
- Б) образование
- В) материальное положение
- Г) религия
- Д) наличие судимости

### **Тема 8. Элементы начальной военной подготовки.**

1. Строем называется.

А) Строй – размещение военнослужащих, подразделений для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.

Б) Строй – установленное Уставом размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.

В) Строй – установленное Уставом или командиром размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.

Г) Строй – установленное Уставом или командиром размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий.

Д) Строй – установленное командиром размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.

2. Шеренгой является.

А) Шеренга – строй, в котором военнослужащие размещены в затылок друг другу, а подразделения одно за другим на дистанции установленной Уставом или командиром.

Б) Шеренга – строй, в котором военнослужащие размещены на установленных интервалах.

В) Шеренга - строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии на установленных интервалах.

Г) Шеренга – построение, в котором военнослужащие размещены в затылок друг другу, а подразделения одно за другим на дистанции установленной Уставом или командиром.

Д) Шеренга – строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии, а подразделения одно возле другого на дистанции установленной Уставом или командиром.

3. Линией машин является.

А) Линия машин – строй, в котором машины размещены одна возле другой на одной линии.

Б) Линия машин – строй, в котором машины размещены одна за другой на дистанции установленной Уставом или командиром.

В) Линия машин – установленное уставом размещение машин на установленных интервалах.

Г) Линия машин – построение, в котором машины размещены одна возле другой на одной линии.

Д) Линия машин – строй, в котором машины размещены одна возле другой на одной линии на дистанции установленной Уставом или командиром.

4. Флангом называется.

А) Фланг – сторона противоположная фронту.

Б) Фланг – правая (левая) оконечность строя. При поворотах строя названия флангов не изменяются.

В) Фланг – сторона строя в которую военнослужащие обращены лицом.

Г) Фланг – сторона строя противоположна тылу.

Д) Фланг – сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом, а машины лобовой частью.

5. Фронт является.

А) Фронт – правая (левая) оконечность строя.

Б) Фронт – сторона противоположная тылу.

В) Фронт – сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом (машины – лобовой частью).

Г) Фронт – сторона строя противоположна флангу.

Д) Фронт – это построение военнослужащих при котором они обращены в одну сторону.

6. Тыльной стороной строя называется.

А) Тыльная сторона строя – сторона, противоположная фронту.

Б) Тыльная сторона строя – сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом (машины – лобовой частью).

В) Тыльная сторона строя – правая (левая) оконечность строя.

Г) Тыльная сторона строя – сторона строя противоположна флангу.

Д) Тыльная сторона строя – это построение при котором военнослужащие обращены лицом в одну сторону.

7. Интервалом называется.

А) Интервал – расстояние в глубину между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.

Б) Интервал – расстояние по фронту между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.

В) Интервал – расстояние между флангами.

Г) Интервал – расстояние в глубину между шеренгами.

Д) Интервал – расстояние между колоннами.

8. Шириной строя является.

А) Ширина строя – расстояние по фронту между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.

Б) Ширина строя – расстояние в глубину между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.

В) Ширина строя – расстояние между флангами.

Г) Ширина строя – расстояние по фронту между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.

Д) Ширина строя – расстояние между колоннами по фронту.

9. Глубиной строя называется.

А) Глубина строя – расстояние от первой шеренги (впереди стоящего военнослужащего) до последней шеренги (позади стоящего военнослужащего), а при действиях на машинах – расстояние от первой линии машин (впереди стоящей машины) до последней линии машин (позади стоящей машины).

Б) Глубина строя – расстояние между флангами.

В) Глубина строя – расстояние в глубину между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.

- Г) Глубина строя – расстояние в глубину между шеренгами.
- Д) Глубина строя – расстояние между колоннами в глубину.

10. Дистанцией называется.

- А) Дистанция – расстояние между флангами.
- Б) Дистанция – расстояние в глубину между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.
- В) Дистанция – расстояние от первой шеренги до последней.
- Г) Дистанция – расстояние в глубину между шеренгами.
- Д) Дистанция – расстояние между колоннами в глубину

11. Двухшереножным строем является.

- А) Двухшереножный строй – строй, в котором военнослужащие одной шеренги стоят за военнослужащими другой шеренги.
- Б) Двухшереножный строй – строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу на дистанции одного шага.
- В) Двухшереножный строй – строй, в котором военнослужащие одной шеренги расположены в затылок военнослужащим другой шеренги на дистанции одного шага (вытянутой руки, наложенной ладонью на плечо впереди стоящего военнослужащего).
- Г) Двухшереножный строй – строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу на определённой дистанции.
- Д) Двухшереножный строй – строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу на дистанции одного шага.

12. Рядом называется.

- А) Ряд – строй в котором военнослужащие расположены один возле другого.
- Б) Ряд – два военнослужащих, стоящих в двухшереножном строю в затылок один другому.
- В) Ряд – строй в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу.
- Г) Ряд – строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу на дистанции одного шага.
- Д) Ряд – строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу на определённой дистанции.

13. Колонной называется.

- А) Колонна – строй, в котором военнослужащие расположены один возле другого на одной линии, на установленных интервалах.
- Б) Колонна – строй, в котором военнослужащие расположены один возле другого на одной линии.
- В) Колонна – строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу, а подразделения (машины) – одно за другим на дистанциях, установленных Уставом или командиром.
- Г) Колонна – два военнослужащих, стоящих в двухшереножном строю в затылок один другому.
- Д) Колонна – строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу на определённой дистанции.

14. Развёрнутым строем является.

- А) Развернутый строй – строй, в котором военнослужащие одной шеренги расположены в затылок военнослужащим другой шеренги.

Б) Развернутый строй – строй, в котором подразделения построены на одной линии по фронту в одношереножном или двухшереножном строю (в линию машин) или в линию колонн на интервалах, установленных Уставом или командиром.

В) Развернутый строй – строй, в котором подразделения построены в колонну или подразделения построены один за другим на дистанциях, установленных Уставом или командиром.

Г) Развернутый строй – строй, в котором военнослужащие одной шеренги расположены в затылок военнослужащим другой шеренги на дистанции одного шага (вытянутой руки, наложенной ладонью на плечо впереди стоящего военнослужащего).

Д) Развернутый строй – строй, в котором военнослужащие расположены один возле другого на одной линии.

15. Походным строем называется.

А) Походный строй – строй, в котором подразделения построены на одной линии по фронту в одношереножном или двухшереножном строю.

Б) Походный строй – строй, в котором военнослужащие одной шеренги расположены в затылок военнослужащим другой.

В) Походный строй – строй, в котором подразделение построено в колонну или подразделения в колоннах построены одно за другим на дистанциях, установленных Уставом или командиром.

Г) Походный строй – строй, в котором военнослужащие одной шеренги расположены в затылок военнослужащим другой шеренги на дистанции одного шага (вытянутой руки, наложенной ладонью на плечо впереди стоящего военнослужащего).

Д) Походный строй – строй, в котором подразделения построены на одной линии по фронту в одношереножном или двухшереножном строю (в линию машин) или в линию колонн на интервалах, установленных Уставом или командиром.

16. Направляющим называется.

А) Направляющий – военнослужащий (подразделение, машина), движущийся головным в указанном направлении.

Б) Направляющий – военнослужащий (подразделение, машина), движущийся последним в колонне.

В) Направляющий – военнослужащий (подразделение, машина), движущийся первым в колонне.

Г) Направляющий – военнослужащий (подразделение, машина), движущийся во главе колонны.

Д) Направляющий – военнослужащий (подразделение, машина), движущийся в центре колонны.

17. Замыкающий является.

А) Замыкающий – военнослужащий (подразделение, машина), движущийся первым в колонне.

Б) Замыкающий – военнослужащий (подразделение, машина), движущийся последним в колонне.

В) Замыкающий – военнослужащий (подразделение, машина), движущийся головным в колонне.

Г) Замыкающий – военнослужащий (подразделение, машина), движущийся во главе колонны.

Д) Замыкающий – военнослужащий (подразделение, машина), движущийся в центре колонны.

18. Управление строем осуществляется.

А) Управление строем осуществляется командами и приказаниями, подаваемые голосом и с помощью средств внутренней связи.

Б) Управление строем осуществляется голосом в виде приказов и команд.

В) Управление строем осуществляется командами и приказаниями, которые подаются командиром голосом, сигналами и личным примером, а также передаются с помощью технических и подвижных средств.

Г) Управление строем осуществляется командами и приказаниями, подаваемые голосом и с помощью технических средств связи.

Д) Управление строем осуществляется командами и приказами, которые подаются командиром голосом, сигналами и личным примером.

19. Управление в машине осуществляется.

А) Управление в машине осуществляется командами и приказами, которые подаются командиром голосом, сигналами и личным примером.

Б) Управление в машине осуществляется командами и приказами, подаваемыми голосом и с помощью средств внутренней связи.

В) Управление в машине осуществляется сигналом и личным примером, а также с помощью технических средств.

Г) Управление в машине осуществляется командами и приказами, которые подаются командиром голосом, сигналами и личным примером.

Д) Управление в машине осуществляется голосом в виде приказов и команд.

20. Чтобы принять положение строевой стойки необходимо.

А) Стоять свободно, ослабив правую или левую ногу но не сходить с места, не ослаблять внимания и не разговаривать.

Б) Стоять прямо, без напряжения.

В) Стоять прямо, без напряжения, каблуки поставить вместе, носки выровнять по линии фронта, поставив их на ширину ступни; ноги в коленях выпрямить, но не напрягать; грудь приподнять, а все тело несколько подать вперед; живот подобрать; плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра; голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка; смотреть прямо перед собой; быть готовым к немедленному действию.

Г) Стоять прямо, без напряжения, плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра; голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка.

Д) Стоять прямо, без напряжения, ноги в коленях выпрямить, но не напрягать; грудь приподнять, а все тело несколько подать вперед; живот подобрать; плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра.

21. Положение “ВОЛЬНО”:

А) Стать свободно, но не сходить с места.

Б) Стать свободно, ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места, не ослаблять внимания и не разговаривать.

В) Ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места и не разговаривать.

Г) Ослабить в колене правую или левую ногу, не ослаблять внимания и не разговаривать.

Д) Стать свободно, не ослаблять внимания и не разговаривать.

22. Поворот кругом на месте осуществляется:

А) Повороты кругом производятся в сторону левой руки на правом каблуке и на левом носке.

Б) Повороты кругом производятся в сторону левой руки на левом каблуке и на правом носке.

В) Повороты кругом производятся против часовой стрелки на правом каблуке и на левом носке.

Г) Повороты кругом производятся в сторону правой руки на левом каблуке и на правом носке

Д) Повороты кругом производятся в по часовой стрелки на правом каблуке и на левом носке

23. Поворот на лево осуществляется:

А) Производятся против часовой стрелки на правом каблуке и на левом носке.

Б) В сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке.

В) В сторону левой руки на левом каблуке и на правом носке.

Г) В сторону правой руки на левом каблуке.

Д) Производятся в по часовой стрелки на правом каблуке и на левом носке

24. Темп строевого шага составляет:

А) 100- 110 шагов в минуту.

Б) 110- 120 шагов в минуту.

В) 120- 130 шагов в минуту.

Г) 90-100 шагов в минуту.

Д) 110- 130 шагов в минуту.

25. Размер строевого шага составляет:

А) 60 – 70 см.

Б) 70 – 80 см.

В) 80 – 90 см.

Г) 60 – 90 см.

Д) 70 – 90 см.

26. Движение бегом осуществляется с темпом:

А) 140 – 170 шагов в минуту.

Б) 150 – 165 шагов в минуту.

В) 140 – 165 шагов в минуту.

Г) 165 – 180 шагов в минуту.

Д) 170 – 185 шагов в минуту.

27. Размер шага при движении бегом:

А) 90 – 100 см.

Б) 60 – 70 см.

В) 70 – 90 см.

Г) 70 – 80 см.

Д) 85 – 90 см.

28. При движении строевым шагом нога с оттянутым вперед носком выноситься на высоту:

А) 20 – 25 см.

Б) 15 – 25 см.

В) 10 – 20 см.

Г) 15 – 20 см.

Д) 20 – 30 см.

29. Положение автомата при строевой стойке с оружием:

А) Находиться в положении на ремень дульной частью вверх, кистью правой руки удерживается за ремень.

Б) Находиться в положении на ремень дульной частью вниз, кистью правой руки удерживается за ремень.

В) Находиться у ноги свободно.

Г) Находиться в положении «на ремень» дульной частью вверх, кистью правой руки касаясь верхнего края поясного ремня.

Д) Находиться в положении на ремень дульной частью вниз, кистью правой руки касаясь верхнего края поясного ремня.

30. Выполнение воинского приветствия в движении осуществляется:

А) За 3 – 6 шагов.

Б) За 4 – 5 шагов.

В) За 1 – 2 шага.

Г) За 2- 3 шага.

Д) За 3 – 4 шагов.

### **5.3. Примерные темы рефератов (докладов), индивидуальных проектов**

#### **Тема 1. Основы комплексной безопасности**

1. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
2. Взаимодействие человека и среды обитания.
3. Современные средства поражения и их поражающие факторы.
4. Оповещение и информирование населения об опасности.
5. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
6. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.

#### **Тема 2. Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций.**

1. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
2. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
3. Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
4. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.

#### **Тема 3. Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации**

1. Терроризм как основная социальная опасность современности.

#### **Тема 4. Основы здорового образа жизни.**

1. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.
2. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
3. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
4. Роль физической культуры в сохранении здоровья.
5. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.

6. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
7. Табакокурение и его влияние на здоровье.
8. Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
9. Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
10. Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
11. Духовность и здоровье семьи.
12. Здоровье родителей – здоровье ребенка.
13. Формирование здорового образа жизни с пеленок.
14. Как стать долгожителем?
15. Рождение ребенка – высшее чудо на Земле.
16. Политика государства по поддержке семьи.

#### **Тема 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.**

1. Профилактика инфекционных заболеваний.
2. Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
3. СПИД – чума XXI века.
4. Оказание первой помощи при бытовых травмах.

#### **Тема 6. Основы обороны государства.**

1. Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
2. Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.
3. Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
4. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
5. Символы воинской чести.

#### **Тема 7. Правовые основы военной службы.**

1. Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
2. Патриотизм и верность воинскому долгу.
3. Дни воинской славы России.
4. Города-герои Российской Федерации.
5. Города воинской славы Российской Федерации.



## **5.4. Практические задания.**

### **Тема 2. Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций.**

**Задание 1.** Вы получили по почте посылку (или бандероль) с неизвестным вам обратным адресом. Ваши действия?

**Задание 2.** Вы находитесь в школе, услышали предупредительный сигнал «Внимание всем!» и по громкоговорителю прослушали речевую информацию об аварии, катастрофе и мерах защиты. Ваши действия?

**Задание 3.** Вы находитесь в школе, а живёте в другом районе, услышали предупредительный сигнал «Внимание всем!» и речевую информацию о том, что в результате аварии заражённое облако движется в сторону данного региона и школы. Можно ли в этой ситуации бежать домой?

**Задание 4.** Рядом со школой находится пивоваренный завод (консервный, гермолзавод, водоочистительная станция). В результате аварии состоялся выброс хлора, аммиака. В какую сторону вы будете выходить из зоны заражения?

**Задание 5.** При аварии на химически опасном объекте образовалось облако хлора. У вас нет противогаза. Ваши действия?

**Задание 6.** Вы заблаговременно оборудуете ПРУ во дворе своего дачного дома. Опишите технологию строительства, используемые материалы и определите коэффициент ослабления для вашего защитного сооружения.

### **Тема 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.**

**Задание 1.** Вы работали на даче и при корчевании старой яблони сильно повредили предплечье измазанным в земле топором. Рана глубокая и длинная, открылось обильное кровотечение. На даче только больная бабушка. Ваши действия?

**Задание 2.** Вы оказались на месте аварии и увидели следующую картину: у одного из пострадавших из раны на внутренней стороне бедра толчками вытекает кровь. Что с пострадавшим и что нужно делать?

**Задание 3.** Во время прогулки в пригородном лесу ваш товарищ вывихнул запястье. Как вы это определили, и что нужно делать?

**Задание 4.** У пострадавшего в ДТП гражданина нет пульса на сонной артерии. Оказавшиеся на месте происшествия граждане решили оказать ему помощь и проводят сердечно-легочную реанимацию, уложив его на толстый слой свежего снега, прикрытый тонким одеялом. В чем ошибка?

**Задание 5.** К пострадавшему подбежали двое граждан и принялись проверять наличие дыхания при помощи зеркала. Зима, температура воздуха –15 градусов мороза. Зеркальце, поднесенное ко рту быстро запотело. Граждане утверждают, что дыхание, а следовательно, сердечная деятельность у гражданина есть. Правы ли они?

**Задание 6.** Дома на столе или на полу, табурете, скамейке отработайте правильное положение рук и правильные движения при непрямом массаже сердца. Помните: давим на середину грудины, ни в коем случае не на район ключиц или мечевидного отростка. Рук при надавливании не отрываем, следующее надавливание только после того, как грудина пострадавшего вернулась в исходное положение. Массаж совершаем только при прямых руках, работают спина и плечи, но не руки!

### **Тема 6. Основы обороны государства.**

**Задание 1.** Используя учебник по истории, приведите примеры успешных военных операций Советской армии в годы Великой Отечественной войны.

**Задание 2.** Приведите примеры увековечивания славы российских и советских воинов на территории вашего региона проживания.

**Задание 3.** Заполните таблицу. В ней отметьте самые известные сражения Российского флота и флотоводцев, которые руководили силами флота в этих сражениях. При ответе используйте учебник истории.

Победы российского флота	Годы сражения	Флотоводцы-победители
Гангут		
Гренгам		
Чесма		
Федониси		
Калиакрия		
Синоп		

## **Тема 8. Элементы начальной военной подготовки.**

**Задание 1.** Объявлена тревога. Надеть средства защиты (надевание общевойскового защитного комплекта и противогаза). Получение задания от командира (действия в соответствии со строевым Уставом ВС РФ). Определение направления движения по указанным координатам. Оказать первую помощь пострадавшим.

**Задание 2.** Объявлена тревога. Построение. Доклад командиру. Получение оружия. Проверка исправности оружия и готовности к бою (проведение разборки-сборки АК в соответствии с нормативами). Получение задания от командира (в соответствии со Строевым Уставом ВС РФ). Определение направления движения и точки сбора. Занятие обороны. Оказание первой помощи раненому. Транспортировка раненого.

**Задание 3.** Объявлена тревога. Построение, Доклад командиру. Получение задания от командира (в соответствии со Строевым Уставом ВС РФ). Определение направления и точки сбора. Получение оружия. Передвижение к месту сбора. Занятие обороны. Штурм укрепленного пункта (действия солдата в бою). Задержание террористов, оказание первой помощи заложникам.

**Задание 4.** Объявлена тревога. Построение, Доклад командиру. Получение задания от командира (в соответствии со Строевым Уставом ВС РФ). Действие по сигналу «Химическая тревога». Надевание средств индивидуальной защиты в соответствии с нормативами. Использование приборов химической разведки. Оказание помощи пострадавшим с использованием индивидуальной аптечки.

**Задание 5.** Объявлена тревога. Построение, Доклад командиру. Получение задания от командира (в соответствии со Строевым Уставом ВС РФ). Действия по защите от ОМП. Определение направления и координат убежища. Передвижение к убежищу. Надевание средств защиты. Действия по командам «Вспышка справа (с лева, фронта, тыла)». Определение степени защищенности укрытия от факторов поражения ядерного взрыва.

**Задание 6.** Неполная разборка массогабаритной модели автомата (АКМ, АК-74).

(Оборудование: стол для сборки-разборки массогабаритной модели автомата (АКМ, АК-74), массогабаритная модель автомата (АКМ, АК-74). Условие: контрольное время – 19 секунд).

**Задание 7.** Неполная сборка массогабаритной модели автомата (АКМ, АК-74).

(Оборудование: стол для сборки-разборки массогабаритной модели автомата (АКМ, АК-74), массогабаритная модель автомата (АКМ, АК-74). Условие: контрольное время – 32 секунды).

**Задание 8.** Стрельба из пневматического орудия по мишени из положения стоя.

Условие: стрельба из пневматической винтовки или пневматического пистолета. Дистанция 10м. 5 выстрелов по мишени. Для пневматической винтовки – мишень №8 (диаметр круга 45,5мм), для пневматического пистолета – мишень №9 (диаметр круга 155,5 мм). Перед выполнением дается 3 пробных выстрела. Время не ограничено.

## 5.5. Вопросы к дифференцированному зачету

### *Теоретические вопросы:*

1. Основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации.
2. Автономное пребывание человека в природной среде.
3. Правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера.
4. Правила поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.
5. Чрезвычайные ситуации социального характера. Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника.
6. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.
7. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних.
8. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.
9. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС).
10. Гражданская оборона, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.
11. Современные средства поражения. Мероприятия по защите населения.
12. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.
13. Организация инженерной защиты населения.
14. Средства индивидуальной защиты. Медицинские средства защиты и профилактики.
15. Аварийно-спасательные и неотложные работы. Мероприятия медицинской защиты. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.
16. Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения. Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности.
17. Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности.
18. Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности.
19. Факторы, влияющие на укрепление здоровья. Роль двигательной активности и физической культуры для здоровья.
20. Биологические ритмы. Профилактика утомления.
21. Факторы, разрушающие здоровье. Вредные привычки и их профилактика.
22. Правила и безопасность дорожного движения.
23. Правила личной гигиены.
24. Семья в современном обществе. Законодательство и семья.
25. Репродуктивное здоровье. Беременность и гигиена беременности.
26. Инфекции, передаваемые половым путем. Меры профилактики.
27. СПИД и его профилактика.
28. Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током.
29. Первая медицинская помощь при переломах.
30. Первая медицинская помощь при кровотечениях.
31. Проведение искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.
32. Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.
33. Первая медицинская помощь при ДТП.

*Практические задания.*

1. Наложение повязки «чепец».
2. Наложение повязки на затылок.
3. Наложение повязки «варежка».
4. Наложение повязки на голеностопный сустав.
5. Наложение повязки на коленный сустав.
6. Наложение повязки на локтевой сустав.

### Лист внесения изменений

в рабочую программу по дисциплине «ОУД.06 Основы безопасности жизнедеятельности» по специальности 34.02.01– Сестринское дело» утвержденную на заседании кафедры профильной довузовской подготовки .

Номер изменения	Текст изменения	Протокол заседания кафедры	
		№	дата