

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Жуйкова Татьяна Валерьевна

Должность: Директор

Дата подписания: 22.07.2023 08:02:51

Уникальный программный

d3b13764ec715c944271e8630f1e6d3513421163

Министерство просвещения Российской Федерации

Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал)  
федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего  
образования

«Российский государственный профессионально-педагогический университет»

Рабочая программа учебной дисциплины

## **ОД.10 Основы безопасности и защиты Родины**

Программа подготовки специалистов среднего звена  
по специальности 49.02.01 Физическая культура

Составитель: А. С. Федюнина, Старший преподаватель кафедры БЖТ

Одобрена на заседании отделения среднего профессионального образования. Протокол от 26 февраля 2025 г. № 6.

Рекомендована к использованию в образовательной деятельности научно-методической комиссией ФСБЖ. Протокол от 26.02.2025 № 6.

Нижний Тагил  
2025

## **Содержание**

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ БАЗОВОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ЦИКЛА**

Рабочая программа учебной дисциплины ОД.10 «Основы безопасности и защиты Родины» составлена в соответствии с требованиями федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования к обязательному минимуму содержания образования и уровню подготовки выпускников образовательных организаций среднего профессионального образования. .

## **1.1. Область применения рабочей программы**

Программа учебной дисциплины ОД. 10 «Основы безопасности и защиты Родины» предназначена для ведения занятий со студентами очной формы обучения, осваивающими программу подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.01 Физическая культура.

## **1.2. Место дисциплины в структуре ППССЗ**

Дисциплина ОД.10 «Основы безопасности и защиты Родины» входит в блок «Общеобразовательные дисциплины» общеобразовательного цикла программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.01 Физическая культура. Учебным планом предусмотрено изучение данной дисциплины на первом курсе (1 семестр). Ее изучение связано с курсами «История», «Обществознание», «География», «Биология», «Информационные технологии», «Основы философии».

## **1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины**

Формирование компетенций в части овладения содержанием общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности и защиты Родины», формирование ценностей, освоение знаний и умений, обеспечивающих готовность к выполнению Конституционного долга по защите Отечества и достижение базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности.

*Задачи:*

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья, правильно действовать в чрезвычайных ситуациях, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;
- воспитание ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни, чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и стремления выполнить долг по защите Отечества.

## **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины**

Срок изучения курса – 1 семестр.

Трудоемкость – 68 часов.

Аудиторные групповые 22 часов

Практические – 42 часов

Самостоятельная работа 4 часа.

Форма отчетности – дифференцированный зачет в 1 семестре.

## **2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

В результате освоения содержания учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- применять основные способы защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- практически использовать необходимые навыки в области гражданской обороны;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- использовать приобретенные знания и умения в рамках жизнедеятельности: для ведения здорового образа жизни; при оказании первой медицинской помощи; для развития у себя качеств, необходимых для военной службы;

знат/понимать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность личности; основы репродуктивного здоровья и влияние на него различных факторов;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан РФ;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи Гражданской обороны РФ.

### 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебной работы	Объем, ч
Максимальная учебная нагрузка (всего)	68
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	64
в том числе:	
лекционные занятия	22
Практические занятия	42
Самостоятельная работа	4
Форма отчетности	<i>дифференцированный зачет во 1 семестре</i>

#### 3.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, урочные занятия, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
1			3	4
<i>Раздел 1.</i>	<i>Безопасное поведение при опасностях в социальной среде</i>		16	
<b>Тема 1.1.</b> Терроризм. Безопасное поведение в ситуации террористического акта	Содержание учебного материала		4	1
	1 Понятие о терроризме. Современный терроризм, его характерные черты и особенности. Основные причины и факторы, влияющие на распространение терроризма в России. Законодательство Российской Федерации в области борьбы с терроризмом. Правила безопасного поведения: при обнаружении взрывоопасного (подозрительного) предмета; при угрозе взрыва; при взрыве; после взрыва. Правила безопасного поведения на улице и в доме (квартире) при стрельбе в населенном пункте. Правила безопасного поведения при захвате в заложники и во время операции спецслужб по их освобождению. Правила безопасного поведения при поступлении угрозы по телефону; при поступлении угрозы в письменной форме; при получении писем, содержащих химические порошкообразные вещества.			
	Лекционные занятия	2		
	Практические занятия	2		
	Самостоятельная работа обучающихся			
	Ознакомление студентов с Федеральным законом «О противодействии терроризму»			
<b>Тема 1.2.</b> Локальные вооруженные	Содержание учебного материала		4	1
	1 Понятие о вооруженном конфликте. Региональные и локальные вооруженные конфликты, их при-			

конфликты и массовые беспорядки. Безопасное поведение в рамках данных социальных процессов	чины и последствия. Чрезвычайное положение и правила безопасного поведения при его введении. Правила безопасного поведения при объявлении военного положения. Правила безопасного поведения при ведении боевых действий. Массовые беспорядки и формы их проявления. Основные причины массовых беспорядков. Толпа как главная опасность массовых беспорядков.			
	Лекционные занятия	2		
	Практические занятия	2		
	Самостоятельная работа обучающихся	1		
	Ознакомление студентов с Федеральным законом «О безопасности»			
<b>Тема 1.3.</b> Психологические аспекты выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера	Содержание учебного материала	4	1	
	1 Психологические аспекты подготовки к действиям в опасных ситуациях, связанных с террористическими акциями, вооруженными конфликтами и массовыми беспорядками.			
	Лекционные занятия	2		
	Практические занятия	2		
	Самостоятельная работа обучающихся			
<i>Раздел 2.</i>	<i>Безопасное поведение в чрезвычайных ситуациях</i>			12
<b>Тема 2.1.</b> Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера	Содержание учебного материала	4	1	
	1 Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях природного характера. Отработка практических действий по овладению навыками безопасного поведения: - во время внезапного землетрясения; - при сходе оползней, селей, обвалов и лавин; - при возникновении ураганов, бурь и смерчей; - при наводнении; во время природных пожаров.			
	Лекционные занятия	2		
	Практические занятия	2		
	Самостоятельная работа обучающихся	1		
<b>Тема 2.2.</b> Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях	Ознакомление с Федеральным законом РФ «О защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»			
	Содержание учебного материала	4	2	
	1 Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Отработка практических навыков безопасного поведения: а) - при пожарах и взрывах; - при авариях с выбросом опасных химических и радиоактивных веществ;			

техногенного характера	б) - при гидродинамических и транспортных авариях.		
	Лекционные занятия	2	
	Практические занятия	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	1	
	Ознакомление с Федеральным законом РФ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»		
Тема 2.3. Правила безопасного поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций военного характера	Содержание учебного материала	4	2
	1 Понятие о ядерном оружии, его классификация и поражающие факторы. Правила безопасного поведения и способы защиты от ядерного оружия. Понятие о химическом оружии и боевых токсичных химических веществах (БТХВ). Правила безопасного поведения и способы защиты от химического оружия. Понятие о бактериологическом оружии, его поражающие факторы и признаки применения. Способы защиты от бактериологического (биологического) оружия. Современные обычные средства поражения, их классификация и характеристика. Способы защиты от современных обычных средств поражения.	2	
	Лекционные занятия	2	
	Практические занятия	2	
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Ознакомление с Федеральным законом РФ «О военном положении»		
<b>Раздел 3</b>		<b>Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения</b>	17
Тема 3.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	Содержание учебного материала	3	2
	1 Организация и функционирование единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Цели и задачи РСЧС. Структура РСЧС. Функции и задачи подсистем и уровней РСЧС. Органы управления, координирующие и рабочие органы РСЧС. Режимы функционирования РСЧС. Силы и средства РСЧС.		
	Лекционные занятия	1	
	Практические занятия	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	1	
Тема 3.2. Гражданская оборона как система общегосударственных мер по защите	Ознакомление студентов с системой РЧСЧ России		
	Содержание учебного материала	3	2
	1 Гражданская оборона как составная часть обороноспособности страны. История создания гражданской обороны. Предназначение гражданской обороны. Организация гражданской обороны на территории Российской Федерации. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении. Силы и средства гражданской обороны. Нештатные аварийно-спасательные формирования.		

населения при ведении военных действий	Лекционные занятия	<i>1</i>	
	Практические занятия	<i>2</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Ознакомление студентов с Федеральным законом «О гражданской обороне»		
<b>Тема 3.3. Основные направления деятельности государства по защите населения и территории от ЧС мирного и военного времени</b>	Содержание учебного материала	<i>3</i>	<i>2</i>
	1 Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Прогнозирование и мониторинг чрезвычайных ситуаций. Оповещение и информирование населения об опасностях. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций. Понятие о защитных сооружениях гражданской обороны, их классификация и предназначение. Убежища, противорадиационные и простейшие укрытия. Правила поведения в защитных сооружениях. Средства индивидуальной защиты населения. Средства индивидуальной защиты органов дыхания, их классификация. Назначение, устройство и принцип работы фильтрующих противогазов и респираторов. Средства индивидуальной защиты кожи, их классификация и назначение. Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ. Содержание и основные виды обеспечения аварийно-спасательных работ в зонах чрезвычайных ситуаций. Санитарная обработка населения после пребывания в зоне заражения.	<i>1</i>	
	Лекционные занятия	<i>1</i>	
	Практические занятия	<i>2</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Ознакомление с Федеральным законом «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателя»		
	Содержание учебного материала	<i>3</i>	<i>2</i>
	1 Деятельность государственных органов в области гарантий прав и свобод человека и гражданина, охраны его жизни и здоровья, регламентируемых Конституцией Российской Федерации. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации на период до 2020 г. Краткое содержание законов Российской Федерации: «О безопасности», «О защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателя», «О безопасности дорожного движения», «О пожарной безопасности», «Об обороне», «О гражданской обороне». Основные права и обязанности граждан, предусмотренные этими законами.	<i>1</i>	
	Лекционные занятия	<i>1</i>	
	Практические занятия	<i>2</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Ознакомление студентов с Конституцией РФ и Стратегией национальной безопасности на период до 2020 г.		

<b>Тема 3.5.</b> Государственные службы по охране здоровья и обеспечению безопасности граждан	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>3</b>	<b>2</b>	
	1 МЧС России как система государственной защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Поисково-спасательные службы и их предназначение. Пожарная охрана, основные задачи и функции по защите населения от пожаров. Полиция как государственная система в области защиты прав, свобод и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи как система в области защиты здоровья населения. Государственные органы надзора и контроля за соблюдением законодательства по охране здоровья и обеспечению безопасности граждан.				
	Лекционные занятия			<i>1</i>	
	Практические занятия			<i>2</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся				
Ознакомление студентов со структурой и предназначением МЧС России					
<b>Тема 3.6.</b> Международное гуманитарное право. Защита жертв военных конфликтов.	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>5</b>	<b>2</b>	
	1 Международное гуманитарное право о защите населения. Правовая защита раненых и больных, медицинского персонала, военнопленных и гражданского населения при вооруженных конфликтах. Пропавшие без вести и погибшие при вооруженных конфликтах. Ограничение средств и методов ведения военных действий в международном гуманитарном праве. Международные отличительные знаки, используемые во время вооруженных конфликтов.				
	Лекционные занятия			<i>1</i>	
	Практические занятия			<i>4</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся				
Ознакомление студентов с нормами Международного гуманитарного права					
<b>Раздел 4</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>			<b>10</b>	
<b>Тема 4.1.</b> Основы медицинских знаний	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>5</b>	<b>3</b>	
	1 <b>Инфекционные заболевания и их профилактика:</b> Понятие об инфекционном заболевании. Классификация инфекционных заболеваний и их внешние признаки. Возникновение и распространение инфекционных заболеваний, пути их передачи. Понятие об иммунитете. Наиболее распространенные инфекционные заболевания и их профилактика. Профилактика инфекционных заболеваний. <b>Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях:</b> а) Первая медицинская помощь при кровотечениях и ранениях. Отработка приемов остановки кровотечений: пальцевым прижатием; наложением жгута; наложением жгута-закрутки; максимальным сгибанием конечности; наложением давящей повязки. Остановка носового кровотечения. Первая медицинская помощь при открытой ране. б) Понятие о закрытых повреждениях и их характеристика. Отработка приемов оказания первой				

	<p>медицинской помощи при закрытых повреждениях.</p> <p>в) Основные принципы и способы транспортной иммобилизации.</p> <p>г) Отработка приемов оказания первой медицинской помощи при переломах костей верхних и нижних конечностей, переломе ребер.</p> <p>д) Травмы головы и позвоночника. Причины и признаки травм головы и позвоночника. Особенности шинирования при переломах позвоночника; перекладывание пострадавшего с земли на носилки. Основные правила оказания первой медицинской помощи при сотрясении головного мозга.</p> <p><b>Первая медицинская помощь при острых состояниях:</b> а) Экстренная реанимационная помощь. Понятие о клинической смерти. Признаки клинической смерти. Основные правила определения признаков клинической смерти. Последовательность проведения реанимационных мероприятий. Подготовка пострадавшего к реанимации. Понятие о прекардиальном ударе. Техника и последовательность действий при нанесении прекардиального удара. Понятие о непрямом массаже сердца. Техника и последовательность действий при проведении непрямого массажа сердца. Понятие об искусственной вентиляции легких. Техника и последовательность действий при проведении искусственной вентиляции легких. Отработка метода искусственного дыхания «рот в рот».</p> <p>б) Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударах. Характеристика острых состояний - острой сердечной недостаточности и инсульта. Оказание первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности, инсульте и остановке сердца. Поражение электрическим током. Основные правила оказания первой медицинской помощи при поражении электрическим током.</p>		
<b>Тема 4.2. Основы здорового образа жизни</b>	<p>Лекционные занятия</p>	1	
	<p>Практические занятия</p>	4	
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p>		
	<p>Отработка приемов остановки кровотечений: пальцевым прижатием; наложением жгута; наложением жгута-закрутки; максимальным сгибанием конечности; наложением давящей повязки. Остановка носового кровотечения.</p>		
	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1    <i>Факторы, укрепляющие здоровье человека</i> - рациональное питание, режим труда и отдыха, двигательная активность, физическая культура и закаливание.</p> <p><i>Факторы, разрушающие здоровье человека:</i></p> <p>а) Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его влияние на организм курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Алкоголь и репродуктивная функция. Профилактика разрушающего влияния алкоголя на здоровье человека. Наркомания и токсикомания. Профилактика наркомании и токсикомании.</p> <p>б) Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) и его профилактика. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью и ВИЧ-инфекцией.</p>	5	2

		<i>Репродуктивное здоровье:</i> Понятие о репродуктивном здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, влияющие на гармонию совместной жизни. Ранние половые связи. Нежелательная беременность. Аборт и его последствия. Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем. Правила личной гигиены.		
		Лекционные занятия	1	
		Практические занятия	4	
		Самостоятельная работа обучающихся		
		Ознакомление с ФЗ «Об основах охраны здоровья населения в Российской Федерации»		
	<i>Раздел 5</i>	<i>Основы военной службы</i>		
<b>Тема 5.1. Основы обороны государства</b>		Содержание учебного материала	<b>12</b>	
	1	<p>Законодательство РФ об обороне государства и воинской обязанности граждан. Отражение государственной политики в области обороны государства и воинской обязанности граждан в Конституции Российской Федерации, законах РФ «Об обороне», «О безопасности», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащих».</p> <p>История создания Вооруженных Сил Российской Федерации. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил, рода войск, история их создания и предназначение. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил.</p> <p>Символика Вооруженных Сил Российской Федерации. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена и медали — почетные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги. Система государственных наград в Российской Федерации. Понятие о боевых традициях. Дни славных побед в истории России. Формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях. Понятие о героизме и мужестве, примеры героизма и мужества. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации: приведение к военной присяге, вручение Боевого Знамени воинской части, вручение военнослужащим вооружения и военной техники, проводы военнослужащих, уволенных в запас или в отставку.</p>	<b>6</b>	2
		Лекционные занятия	2	
		Практические занятия	4	
		Самостоятельная работа обучающихся		
		Ознакомление с федеральным законом «Об обороне»		
<b>Тема 5.2. Воинская обязанность</b>		Содержание учебного материала	<b>6</b>	2
	1	<p>Понятие о воинской обязанности и военной службе. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Ответственность граждан за невыполнение обязанностей по воинскому учету. Организация и проведение медицинского освидетельствования и медицинского обследования при постановке граждан на воинский учет.</p>	2	

	<p>Обязательная подготовка граждан к военной службе. Содержание и установленные формы проведения обязательной подготовки граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.</p> <p>Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.</p> <p><i>Правовые основы военной службы</i> - вопросы защиты Отечества в Конституции Российской Федерации и федеральных законах: «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащих». Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации - закон воинской жизни. Права военнослужащих.</p> <p><i>Особенности военной службы</i> - призыв на военную службу, прохождения военной службы по призыву, статус военнослужащего, общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Прохождение военной службы по контракту, требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на службу по контракту. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.</p> <p><i>Воинская дисциплина и ответственность военнослужащих</i> - военнослужащий - подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Принцип единоначалия в Вооруженных Силах. Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная форма одежды. Ответственность военнослужащих (дисциплинарная, административная, материальная, уголовная).</p>	2	
	Лекционные занятия	2	
	Практические занятия	4	
	Самостоятельная работа обучающихся		
		Итого:	68

## **4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы осуществляется в кабинете безопасности жизнедеятельности – ауд. № 411.

Оборудование учебного кабинета: учебные столы, стулья, наглядные пособия, применяемые в темах курса.

Технические средства обучения: мультимедиасистема, телевизор, DVD-плеер

### **4.2. Информационное обеспечение обучения**

#### *Основная литература*

1. . Основы безопасности жизнедеятельности : базовый уровень : учебник / Ю. С. Шойгу, О. В. Белинская, В. К. Ащаулов [и др.] ; под редакцией Ю. С. Шойгу. — Москва : Просвещение, [б. г.]. — Часть 1 : Основы безопасности жизнедеятельности : базовый уровень — 2024. — 224 с. — ISBN 978-5-09-114133-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/408881>.

2. Основы безопасности жизнедеятельности : базовый уровень : учебник / Ю. С. Шойгу, Е. Н. Байбарина, В. А. Зуев [и др.] ; под редакцией Ю. С. Шойгу. — Москва : Просвещение, [б. г.]. — Часть 2 : Основы безопасности жизнедеятельности : базовый уровень — 2024. — 252 с. — ISBN 978-5-09-114134-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/408884>.

#### *Дополнительная литература*

2. Долгов, В. С. Основы безопасности жизнедеятельности : учебник для спо / В. С. Долгов. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 188 с. — ISBN 978-5-8114-8888-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/183084>

3. Зябиров, А. И. Основы безопасности жизнедеятельности : учебное пособие / А. И. Зябиров, И. М. Зябиров. — Пенза : ПГАУ, 2020. — 102 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/170991>

Ковальчук, А. Н. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / А. Н. Ковальчук. — Красноярск : КрасГАУ, 2020 — Часть 1 : Основы гражданской обороны — 2020. — 307 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/187417>

#### **Нормативные документы в актуальной редакции:**

- Конституция Российской Федерации
- Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»
- Федеральный закон «О гражданской обороне»
- Федеральный закон «О защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»
- Федеральный закон «О пожарной безопасности»
- Федеральный закон «О радиационной безопасности населения»
- Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»
- Федеральный закон «О противодействии терроризму»

## **5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **5. 1. ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОГО КОНТРОЛЯ СТУДЕНТОВ**

По итогам изучения каждого из указанных разделов студенты выполняют в рамках контрольных работ различные виды заданий, которые оцениваются преподавателем.

Данные задания так же могут быть применены в рамках урочных занятий.

### **5.2. ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ ПО КУРСУ**

Итоговая аттестация предусматривает проведение дифференцированного зачета по дисциплине. Дифференцированный зачет проводится по завершению изучения курса. Он проводится по билетам, которые включают в себя две проблемы (в одной из которых в том числе проверяют умения), отражающие объем изученного материала по данной дисциплине и направлены на выявление знаний и умений студентов. Количество билетов определяется численностью аттестуемых студентов – как минимум на один билет больше, чем число аттестуемых студентов.

Оценка 5 «отлично» выставляется, если студент правильно и полно ответил на теоретические вопросы и продемонстрировал развитые практические умения.

Оценка 4 «хорошо» выставляется, если студент правильно и полно ответил на один вопрос билета, частично - на второй вопрос и продемонстрировал достаточные практические умения.

Оценка 3 «удовлетворительно» выставляется, если студент правильно и полно ответил на один вопрос билета и фрагментарно продемонстрировал практические умения.

Оценка 2 «неудовлетворительно» выставляется, если студент не ответил правильно и полно ни на один из предложенных вопросов билета.

#### ***Примерные вопросы к дифференцированному зачету:***

1. Опасные ситуации природного характера.
2. Землетрясения, их типы и последствия.
3. Меры защиты населения при землетрясениях. Ваши действия, если вы в зоне землетрясения.
4. Извержение вулканов. Поражающие факторы. Классификация вулканизма.
5. Меры защиты при извержении вулканов.
6. Сели и оползни. Их характеристика. Меры защиты населения. Ваши действия в зоне данных ЧС.
7. Снежные лавины. Классификация. Меры защиты населения. Ваши действия в зоне данных ЧС.
8. Наводнения. Их характер и географическое распространение. Ваши действия в зоне данных ЧС.
9. Бури. Возникновение. Классификация. Последствия. Ваши действия в зоне данных ЧС.
10. Лесные пожары. Их типология и причины возникновения. Ваши действия в зоне данных ЧС.
11. Социальный кризис. Сущность и виды.
12. Глобальные социальные риски современности.
13. Массовые беспорядки: социальные и культурные факторы возникновения, основные характеристики толпы. Ваши действия по обеспечению безопасного функционирования в толпе.

14. Война как главная социальная опасность для государства. Поколения войн и их социальные последствия.
15. Войны XX и XXI века. Их последствия для России.
16. Наркомания и алкоголизм: причины, сущность, опасности.
17. Нормативно-правовые документы в области обороны и безопасности РФ.
18. Стратегия национальной безопасности РФ на период до 2020 г., основные положения.
19. История создания Вооруженных Сил РФ.
20. Организационная структура, назначение ВС РФ.
21. Боевые традиции ВС РФ.
22. Символы воинской чести.
23. Воинские ритуалы ВС РФ.
24. Организационная структура и руководство ВС РФ.
25. Воинская обязанность и военная служба граждан РФ.
26. Организация воинского учета, обязанности граждан по воинскому учету.
27. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе.
28. Призыв граждан на военную службу.
29. Освобождение от военной службы.
30. Прохождение военной службы по призыву.
31. Ответственность граждан по воинской обязанности.
32. Прохождение военной службы по контракту.
33. Воинские звания, порядок их присвоения и знаки различия ВС РФ.
34. Военная форма одежды.
35. Права и ответственность военнослужащих (юридическая, дисциплинарная, административная, материальная, гражданско-правовая).
36. Социальная защита военнослужащих.
37. Требования, предъявляемые к морально-этическим психологическим и профессиональным качествам призыва.
38. Сущность воинской дисциплины.
39. Медицинское освидетельствование и медицинское обследование лиц, призывающихся на военную службу.
40. Военная присяга, порядок ее принятия.
41. Размещение, быт военнослужащих, повседневный порядок жизни воинской части.
42. Организация военной службы по призыву, ответственность граждан по вопросам призыва.
43. Увольнение с военной службы.
44. Исполнение обязанностей военной службы.
45. Организация обороны Российской Федерации
46. Дайте определение понятия «здоровье». Назовите компоненты здоровья.
47. Что такое предболезнь, болезнь? Дайте определения этим понятиям.
48. Перечислите факторы, определяющие здоровье и болезнь.
49. Что такое общественное здоровье и по каким показателям оно оценивается?
50. Перечислите критерии оценки индивидуального здоровья. Что такое норма?
51. Дайте определение понятия «профилактика». Назовите виды профилактики. Как вы проводите свою собственную профилактику?
52. Назовите задачи гигиенического образования и воспитания населения.
53. Дайте определение понятию «здоровый образ жизни». Охарактеризуйте принципы ЗОЖ.
54. Перечислите и охарактеризуйте мотивации здоровья и ЗОЖ.
55. Роль двигательной активности в реализации индивидуальной генетической программы.
56. Показатели текущего состояния организма и роль их учета.

57. Роль пищи в обеспечении жизнедеятельности.
58. Принципы организации рационального питания. Как вами организуется Ваше питание?
59. Какие болезни называют инфекционными?
60. Что такое «инфекционный процесс»? Назовите стадии инфекционного процесса.
61. Что такое «эпидемический процесс»? Назовите звенья эпидемического процесса.
62. Назовите источники инфекции и факторы передачи возбудителя.
63. Охарактеризуйте механизмы заражения инфекционными заболеваниями.
64. Назовите общие признаки инфекционных заболеваний.
65. Перечислите воздушно-капельные инфекции, которые протекают с высыпаниями на коже. В чем заключаются особенности проявления каждой из них?
66. Охарактеризуйте основные желудочно-кишечные инфекции (дизентерия, холера, тифопаратифозные заболевания, сальмонеллезы).
67. Какие пищевые отравления бактериальными токсинами вы знаете?
68. Назовите основные проявления СПИДа и пути передачи ВИЧ-инфекции.
69. Перечислите направления профилактики болезней, передающихся половым путем.
70. Перечислите основные направления профилактики инфекционных заболеваний.
71. Перечислите и покажите самые первые действия при оказании неотложной помощи пострадавшему.
72. Реанимация: понятие и сущность. Перечислите последовательность действий.
73. «Обморок», «коллапс»? Назовите причины и покажите схему оказания неотложной помощи.
74. Механизмы развития стадий травматического шока. Продемонстрируйте действия по оказанию неотложной помощи.
75. Виды кровотечений и способы их остановки (с демонстрацией).
76. Продемонстрируйте оказание неотложной помощи при ранениях живота.
77. Продемонстрируйте оказание неотложной помощи при ранениях грудной клетки.
78. Продемонстрируйте оказание неотложной помощи при ранениях позвоночника.
79. Признаки перелома костей конечностей. Покажите последовательность оказания неотложной помощи при переломах.
80. Продемонстрируйте оказание неотложной помощи при ожогах.
81. Продемонстрируйте оказание неотложной помощи при отморожениях и переохлаждении.
82. Продемонстрируйте оказание неотложной помощи при тепловом и солнечном ударе.
83. Продемонстрируйте помощь при травмах и поражениях глаз.
84. Назовите причины комы при сахарном диабете.
85. Продемонстрируйте оказание неотложной помощи при гипертоническом кризе.
86. Покажите схему и порядок транспортировки пострадавших.