

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН**  
**ГБПОУ РД «ИНДУСТРИАЛЬНО-ПРОМЫШЛЕННЫЙ КОЛЛЕДЖ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОУД п.07. ОБЖ**

**Профиль получаемого профессионального образования: естественно-научный.**

**Код и наименование профессии: 34.02.01. Сестринское дело**

Форма обучения: очно

Курс: 1

Семестр: 2

2021 г.



## СОДЕРЖАНИЕ

|   |  |
|---|--|
| <b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>       |  |
| 1.1. Область применения программы   |  |
| 1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы |  |
| 1.3. Цели и задачи дисциплины, результаты освоения дисциплины:                        |  |
| 1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:               |  |
| <b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>                              |  |
| 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы                                    |  |
| 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины.                                |  |
| <b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>                                 |  |
| 3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.                   |  |
| 3.2 Информационное обеспечение обучения   |  |
| <b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ</b>                           |  |

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ».**

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

Рабочая программа учебной дисциплины ОУД п. 07. ОБЖ является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС специальности 34.02.01 Сестринское дело. Рабочая программа учебной дисциплины ОУД п.07. ОБЖ может быть использована в дополнительном профессиональном образовании и профессиональной подготовке в области введение в круг проблем, связанных с областью будущей профессиональной деятельности; овладение базовыми принципами и приемами познания; понимание основных разделов современного знания, проблем и методов их исследования.

## **1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Учебная дисциплина ОУД п.07 ОБЖ является частью предметной области БЖ ФГОС среднего общего образования и относится к общеобразовательному циклу программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ).

Профиль получаемого профессионального образования - технический.

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

В результате освоения учебной дисциплины студент должен знать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- 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;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- 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, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- 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 практической деятельности и повседневной жизни:**

- для ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

#### **1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальная учебная нагрузка студента - 132 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная работа студента – 88 часов;
- самостоятельная работа студента - 44 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| <b>Вид учебной работы</b>                                     | <b>Объем часов</b> |
|---|--------------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>                  | <b>132</b>         |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>       | <b>88</b>          |
| в том числе:  |                    |
| лекции  | 68                 |
| практические работы   | 20                 |
| <b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>                | <b>44</b>          |
| <i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i> |                    |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОУД п.07 ОБЖ

| Наименование разделов и тем   | Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа студентов  | Объем часов | Уровень освоения |
|---|--|-------------|------------------|
| <b>РАЗДЕЛ 1.</b>  | <b>Основы комплексной безопасности</b>   |             |                  |
| Тема 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.   | Содержание учебного материала  | 5           | 1                |
|   | <b>1.1. Обеспечение личной безопасности на дорогах</b><br>Основные причины дорожно-транспортного травматизма. Роль «человеческого фактора» в возникновении ДТП. Уровень культуры водителя и безопасность на дорогах  | 2           | 2                |
|   | <b>1.2. Пожарная безопасность и правила личной безопасности при пожаре</b><br>Пожары в жилых и общественных зданиях, их возможные последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Влияние «человеческого фактора» на причины возникновения пожаров. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Профилактика пожаров в повседневной жизни. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании. |             |                  |
|   | <b>1.3. Обеспечение личной безопасности на водоемах</b><br>Особенности состояния водоемов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и не оборудованных местах. Безопасный отдых у воды.   | 2           |                  |
|   | <b>1.4. Безопасность в быту</b><br>Опасности, возникающие при нарушении правил эксплуатации различных бытовых приборов и систем жизнеобеспечения жилища. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом и средствами бытовой химии. Меры безопасности при работе с инструментами. Безопасность и компьютер.  |             |                  |
| <b>1.5. Экология и безопасность</b><br>Загрязнение окружающей природной среды. Понятия о предельно допустимых концентрациях загрязняющих веществ. Мероприятия, проводимые по защите |  |             |                  |

|  |   |   |     |
|--|---|---|-----|
|  | <p>здоровья населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.</p> <p><b>1.6. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях</b><br/>         Наиболее вероятные ситуации криминогенного характера на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью.</p> <p><b>1.7. Правила личной безопасности при угрозе террористического акта</b><br/>         Наиболее опасные террористические акты. Правила поведения при возможной опасности взрыва. Обеспечение личной безопасности в случае захвата в заложники. Обеспечение безопасности при перестрелке.</p> <p><b>1.8. Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности</b><br/>         Уголовная ответственность за подготовку и совершение террористического акта (совершение взрыва, поджога или иных действий, создающих опасность гибели людей). Уголовная ответственность за захват заложников; заведомо ложное сообщение об акте терроризма;<br/>         организация незаконного вооруженного формирования или участие в нем.</p> | 1 |     |
|  | <p><b>Практическая работа</b><br/>         Решение ситуационных задач.</p>  | 1 | 2   |
|  | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/>         Систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы, периодических изданий.<br/>         Написание рефератов.</p>   | 3 |     |
| <p><b>Тема 2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций</b></p> | <p><b>Содержание учебного материала</b></p>   | 4 | 1-2 |
|  | <p><b>2.1. Чрезвычайные ситуации природного характера</b><br/>         Чрезвычайные ситуации природного характера, причины возникновения и последствия.</p> <p><b>2.2. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера</b><br/>         Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера: геологического, метеорологического, гидрологического и биологического происхождения.</p> <p><b>2.3. Чрезвычайные ситуации техногенного характера</b><br/>         Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и</p>  | 2 |     |

|   |  |   |     |
|---|--|---|-----|
|   | <p>возможные последствия.</p> <p><b>2.4. Рекомендации населению по безопасному поведению в случае возникновения аварии на радиационно-опасном, на химически опасном, на взрывопожароопасном, на гидротехническом объектах.</b></p> <p><b>2.5. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера на территории РФ</b><br/> Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, рекомендации населению по безопасному поведению во время чрезвычайных ситуаций.</p>   | 2 |     |
|   | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/> Систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы, периодических изданий.<br/> Написание рефератов</p>   | 4 |     |
|   | <p><b>Практическая работа</b><br/> Решение ситуационных задач.</p>   | 1 | 2   |
| <p><b>Тема 3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера</b></p> | <p><b>Содержание учебного материала</b></p>  | 4 | 1-2 |
|   | <p><b>3.1. Военные угрозы национальной безопасности России</b><br/> Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита ее независимости, суверенитета, территориальной целостности, обеспечение условий для мирного, демократического развития государства.</p> <p><b>3.2. Характер современных войн и вооруженных конфликтов</b><br/> <b>Вооруженный конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война</b></p> <p><b>3.3. Международный терроризм — угроза национальной безопасности России.</b><br/> Терроризм — общие понятия и определения. Характеристика современной террористической деятельности в России. Международный терроризм как социальное явление.</p> <p><b>3.4. Виды террористических актов, их цели и способы осуществления</b><br/> Основные виды терроризма по средствам, используемым при осуществлении</p> | 2 |     |

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
|   | <p>террористических актов, а также в зависимости от того, против кого направлен террор и какие перед ним поставлены цели. Основные черты, которые характеризуют современный терроризм.</p> <p><b>3.5. Наркотизм и национальная безопасность России</b><br/> Наркотизм как преступное социальное явление по незаконному распространению наркотиков среди населения ради получения прибыли. Основные составляющие наркотизма.</p>   |   |   |
|   | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/> Систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы, периодических изданий.<br/> Написание рефератов</p>  | 8 |   |
|   | <p><b>Практическая работа</b><br/> Решение ситуационных задач.</p>  | 2 | 2 |
| <b>РАЗДЕЛ 2.</b>  | <b>Защита населения от чрезвычайных ситуаций</b>  |   |   |
| Тема 4. <b>Нормативно-правовая база Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства</b> | <p><b>Содержание учебного материала</b></p>   | 2 | 2 |
|   | <p><b>4.1. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности</b><br/> Положения Конституции Российской Федерации, основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание основных положений законов, права и обязанности граждан.</p> <p><b>4.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</b><br/> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее предназначение, структура и основные задачи.</p> | 2 |   |
|   | <b>Содержание учебного материала</b>  |   |   |

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| <b>Тема 5. Организационные основы борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации</b>  | <b>5.1. Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом</b><br>Правовая основа противодействия терроризму в современных условиях: Конституция Российской Федерации, общепризнанные принципы и нормы международного права, международные договоры Российской Федерации, Федеральный закон «О противодействии терроризму» (от 6 марта 2006 г. № 35-ФЗ); Указ Президента РФ «О мерах по противодействию терроризму» (от 15 февраля 2006 г., № 116). | 6 | 1 |
|  | <b>5.2. Контр террористическая операция</b><br>Контр террористическая операция, ее предназначение и условия проведения, состав группировки сил и средств, включаемых в контр террористическую операцию. Правовой режим контр террористической операции. Окончание контр террористической операции.   | 2 |   |
|  | <b>5.3. Правила поведения при угрозе террористического акта (разбор ситуационных задач)</b><br>Правила поведения в случае захвата вас в заложники. Правила поведения, если подвергались нападению с целью похищения. Обеспечение безопасности при захвате самолета террористами.<br>Обеспечение безопасности при перестрелке. О порядке приема сообщений, содержащих угрозы террористического характера, по телефону.                          | 2 |   |
|  | <b>5.4. Государственная политика противодействия наркотизму. Концепция государственной политики по контролю за наркотиками в Российской Федерации. Закон «О наркотических средствах и психотропных веществах» (принят в 1997 г.). Статьи Уголовного кодекса Российской Федерации, в которых предусмотрены наказания за незаконные действия, связанные с наркотическими и психотропными веществами.</b>   | 2 |   |
| <b>Самостоятельная работа</b><br>Систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы, периодических изданий.<br>Написание рефератов. | 4  |   |   |
| <b>Практическая работа</b><br>Решение ситуационных задач.  | 1  | 2 |   |

| РАЗДЕЛ 3   | Основы здорового образа жизни  |   |     |
|--|--|---|-----|
| <p>Тема 6. Здоровый образ жизни и его составляющие</p> | <p>Содержание учебного материала</p>   | 6 | 1-2 |
|  | <p><b>6.1. Здоровый образ жизни — индивидуальная система поведения человека.</b><br/> Общие понятия о режиме жизнедеятельности, и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств.</p> | 2 |     |
|  | <p><b>6.2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека</b><br/> Основные понятия о биологических ритмах человека. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.</p>  |   |     |
|  | <p><b>6.3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека</b><br/> Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия.</p>   | 2 |     |
|  | <p><b>6.4. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек</b><br/> Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя - разновидности наркомании. Наркомания — это заболевание, возникающее в результате употребления наркотиков и психотропных веществ. Профилактика наркомании.</p> <p><b>6.5. Правила личной гигиены и здоровье</b><br/> Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.</p>                    | 2 |     |

|                                   |  |   |   |
|-----------------------------------|--|---|---|
|                                   | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/>Систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы, периодических изданий.<br/>Написание рефератов</p>   | 4 |   |
|                                   | <p><b>Практическая работа</b><br/>Решение ситуационных задач.</p>  | 1 | 2 |
| Тема 7. Нравственность и здоровье | <p><b>Содержание учебного материала</b></p>  | 4 | 1 |
|                                   | <p><b>7.1. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов</b><br/>Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор). Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.</p> | 2 |   |
|                                   | <p><b>7.2. Инфекции, передаваемые половым путем</b><br/>Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), формы передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью.</p>   |   |   |
|                                   | <p><b>7.3. Понятия о ВИЧ-инфекции и СПИД</b><br/>ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и основные пути заражения. Профилактика ВИЧ-инфекции. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.</p>   | 2 |   |
|                                   | <p><b>7.4. Семья в современном обществе</b><br/>Законодательство и семья. Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанность родителей.</p>  |   |   |
|                                   | <p><b>Практическая работа</b><br/>Решение ситуационных задач.</p>  | 2 | 1 |
|                                   | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/>Систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы, периодических изданий.<br/>Написание рефератов.</p>  | 2 |   |
| Тема 8. Основы медицинских        | <p><b>Содержание учебного материала</b></p>  | 2 | 2 |

|   |  |   |     |
|---|--|---|-----|
| знаний и профилактика инфекционных заболеваний              | <p><b>8.1. Сохранение и укрепление здоровья — важнейшая составляющая подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности</b><br/>Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья — социальная потребность общества.</p> <p><b>8.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика</b><br/>Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике. Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.</p> | 2 |     |
|   | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/>Систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы, периодических изданий.<br/>Написание рефератов</p>   | 4 |     |
|   | <p><b>Практическая работа</b><br/>Решение ситуационных задач.</p>  | 1 | 2   |
| <b>РАЗДЕЛ 4.</b>  | <b>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</b>  |   |     |
| Тема 9. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях | <p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p><b>9.1. Основные правила оказания первой медицинской помощи</b><br/>Наиболее целесообразная последовательность оказания первой медицинской помощи.</p> <p><b>9.2. Первая медицинская помощь при ранениях</b><br/>Понятие о ране, разновидности ран. Последовательность оказания первой медицинской помощи при ранении. Понятие об асептике и антисептике.</p> <p><b>9.3. Правила остановки артериального кровотечения</b><br/>Признаки артериального кровотечения, методы временной остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки, правила наложения жгута.</p>   | 8 | 1-2 |
|   | 2  |   |     |

|  |   |                            |  |
|--|---|----------------------------|--|
|  | <p><b>9.4. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата</b><br/> Основные виды травм опорно-двигательного аппарата и причины их возникновения. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата. Основные правила в оказании первой медицинской помощи при травмах опорно-двигательного аппарата.</p> <p><b>9.5. Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.</b><br/> Черепно-мозговые травмы, основные причины их возникновения и возможные последствия. Первая медицинская помощь. Травма груди, причины ее возникновения, возможные последствия, первая медицинская помощь. Травма живота, причины ее возникновения, возможные последствия, первая медицинская помощь.</p> <p><b>9.6. Первая медицинская помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины</b><br/> Травмы тазовой области, причины их возникновения, возможные последствия, первая медицинская помощь. Травма позвоночника, спины, основные виды травм позвоночника, спины, их возможные последствия. Правила оказания первой медицинской помощи.</p> <p><b>9.7. Способы иммобилизации и переноска пострадавшего</b><br/> Цель иммобилизации, возможные средства для иммобилизации. Способы переноски пострадавшего.</p> <p><b>9.8. Первая медицинская помощь при остановке сердца</b><br/> Реанимация. Правила проведения сердечно-легочной реанимации. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция легких способом «изо рта в рот» или «изо рта в нос». Сочетание проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.</p> <p><b>9.9. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.</b><br/> Сердечная недостаточность и причины ее возникновения. Общие правила при оказании первой медицинской помощи. Инсульт, основные причины его возникновения, признаки возникновения. Первая медицинская помощь при инсульте.</p> | <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> |  |
|--|---|----------------------------|--|

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
|  | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/> Систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы, периодических изданий.<br/> Написание рефератов.</p>  | 2 |   |
|  | <p><b>Практическая работа</b><br/> Решение ситуационных задач.</p>   | 1 | 2 |
| <b>РАЗДЕЛ 5</b>  | <b>Основы обороны государства</b>  |   |   |
| Тема 10. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны | <p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p><b>10.1. Гражданская оборона, ее предназначение и основные задачи.</b><br/> Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной.</p> <p><b>10.2. Современные средства поражения, их поражающие факторы</b><br/> Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.</p> <p><b>10.3. Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени</b><br/> Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.</p> <p><b>10.4. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени</b><br/> Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях (занятие целесообразно проводить</p> | 5 | 1 |
|  |  | 1 |   |
|  |  | 2 |   |

|  |   |   |     |
|--|---|---|-----|
|  | <p>в имеющихся защитных сооружениях).</p> <p><b>10.5. Средства индивидуальной защиты</b><br/>         Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики.</p> <p><b>10.6. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайных ситуаций</b><br/>         Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ, организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения.</p> <p><b>10.7. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении</b><br/>         Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. План гражданской обороны образовательного учреждения. Обязанности учащихся.</p> | 2 |     |
|  | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/>         Систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы, периодических изданий.<br/>         Написание рефератов.</p>   | 2 |     |
|  | <p><b>Практическая работа</b><br/>         Решение ситуационных задач.</p>  | 1 | 2   |
| <p><b>Тема 11. Вооруженные Силы Российской Федерации — защита нашего Отечества</b></p> | <p><b>Содержание учебного материала</b></p>   | 2 | 1-2 |
|  | <p><b>11.1. История создания Вооруженных Сил Российской Федерации</b><br/>         Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV вв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.</p> <p><b>11.2. Память поколений — дни воинской славы России</b><br/>         Дни воинской славы России — дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.</p>   | 2 |     |

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
|   | <p><b>11.3. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации</b><br/> Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации, специальные войска, военные округа и флоты. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации.</p>   |   |   |
|   | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/> Систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы, периодических изданий.<br/> Написание рефератов.</p>  | 2 |   |
|   | <p><b>Практическая работа</b><br/> Решение ситуационных задач.</p>   | 2 | 2 |
| <p><b>Тема 12. Вооруженные Силы Российской Федерации - основа обороны государства</b></p> | <p><b>Содержание учебного материала</b></p>  | 2 | 1 |
|   | <p><b>12.1. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России</b><br/> Основные функции: пресечение вооруженного насилия, обеспечение свободы деятельности в Мировом океане и космическом пространстве, выполнение союзнических обязательств. Основные задачи: по обеспечению военной безопасности; по опережению вооруженного нападения; в операциях по поддержанию мира; во внутренних вооруженных конфликтах.</p> <p><b>12.2. Применение Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом</b><br/> Нормативная база привлечения ВС Российской Федерации к борьбе с терроризмом. Участие в проведении контр террористической операции, пресечение международной террористической деятельности за пределами территории Российской Федерации.</p> <p><b>12.3. Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации</b><br/> Значение и роль миротворческой деятельности Вооруженных Сил России. Нормативно-правовая база для проведения миротворческой деятельности ВС Российской Федерации.</p> | 2 |   |

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
|   | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/> Систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы, периодических изданий.<br/> Написание рефератов.</p>   | 2 |   |
|   | <p><b>Практическая работа</b><br/> Решение ситуационных задач.</p>  | 1 | 2 |
| <p>Тема 13. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации и рода войск.</p> | <p><b>Содержание учебного материала</b></p>   | 4 | 2 |
|   | <p><b>13.1. Сухопутные войска</b><br/> Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника сухопутных войск.<br/> <b>13.2. Военно-воздушные Силы</b><br/> Военно-воздушные Силы (ВВС), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС.<br/> <b>13.3. Военно-морской флот</b><br/> Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение. Вооружение и военная техника.<br/> <b>13.4. Ракетные войска стратегического назначения</b><br/> Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника.<br/> <b>13.5. Воздушно-десантные войска</b><br/> Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение.<br/> <b>13.6. Космические войска</b><br/> Космические войска, их состав и предназначение.<br/> <b>13.7. Другие войска</b><br/> Пограничные органы Федеральной службы безопасности Российской Федерации, Внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Войска гражданской обороны МЧС России.</p> | 2 |   |
|   | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/> Систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы, периодических изданий.<br/> Написание рефератов</p>  | 3 |   |

|   |  |   |     |
|---|--|---|-----|
|   | <b>Практическая работа</b><br>Решение ситуационных задач.  | 1 | 2   |
| Тема 14. Боевые традиции Вооруженных Сил России | <b>Содержание учебного материала</b>   | 4 | 1-2 |
|   | <b>14.1. Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества</b><br>Патриотизм — духовно-нравственная основа личности военнослужащего — защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов — основное содержание патриотизма.<br>Воинский долг — обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего — защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг. | 2 |     |
|   | <b>14.2. Дружба и войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений</b><br>Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.   | 2 |     |
|   | <b>Самостоятельная работа</b><br>Систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы, периодических изданий.<br>Написание рефератов.   | 2 |     |
|   | <b>Практическая работа</b><br>Решение ситуационных задач.  | 1 | 2   |
| Тема 15. Символы воинской чести                 | <b>Содержание учебного материала</b>   | 4 | 2   |
|   | <b>15.1. Боевое Знамя воинской части</b><br>Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Боевое Знамя воинской части — особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части.  | 2 |     |

|                               |   |   |     |
|-------------------------------|---|---|-----|
|                               | <p><b>15.2. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе</b><br/>История государственных наград России за военные заслуги перед Отечеством.</p> <p><b>15.3. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих</b><br/>Предназначение военной формы одежды и знаков различия военнослужащих, их воспитательное значение.</p>  | 2 |     |
|                               | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/>Систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы, периодических изданий.<br/>Написание рефератов.</p>   | 2 |     |
|                               | <p><b>Практическая работа</b><br/>Решение ситуационных задач.</p>   | 2 | 2   |
| Тема 16. Воинская обязанность | Содержание учебного материала   | 6 | 1-2 |
|                               | <p><b>16.1. Основные понятия о воинской обязанности</b><br/>Воинская обязанность, определение воинской обязанности и ее содержания. Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.</p> <p><b>16.2. Организация воинского учета</b><br/>Основное предназначение воинского учета. Государственные органы, осуществляющие воинский учет. Категория граждан, не подлежащих воинскому учету. Сведения о гражданине, которые содержатся в документах по воинскому учету.</p> <p><b>16.3. Первоначальная постановка граждан на воинский учет</b><br/>Время первоначальной постановки граждан на воинский учет. Состав комиссии по первоначальной постановке граждан на воинский учет. Предназначение профессионально-психологического отбора при первоначальной постановке граждан на воинский учет.</p> <p><b>16.4. Обязанности граждан по воинскому учету</b></p> | 2 |     |

|  |   |                   |  |
|--|---|-------------------|--|
|  | <p>Основные обязанности граждан по воинскому учету до призыва их на военную службу и при увольнении с военной службы.</p> <p><b>16.5. Обязательная подготовка граждан к военной службе</b><br/> Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе, определенное Федеральным законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе». Периоды обязательной подготовки к военной службе и их основное предназначение.</p> <p><b>16.6. Требования к индивидуально-психологическим качествам специалистов по сходным воинским должностям</b><br/> Общие требования к качествам военнослужащих, исполняющих обязанности на должностях связи и наблюдения, водительские должности, технические и прочие воинские должности.</p> <p><b>16.7. Подготовка граждан по военно-учетным специальностям</b><br/> Предназначение подготовки по военно-учетным специальностям. Порядок осуществления отбора граждан для подготовки по военно-учетным специальностям. Льготы, предоставляемые гражданину при призыве на военную службу, прошедшему подготовку по военно-учетной специальности.</p> <p><b>16.8. Добровольная подготовка граждан к военной службе</b><br/> Основное направление добровольной подготовки граждан к военной службе</p> <p><b>16.9. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет</b><br/> Основное предназначение и порядок проведения медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет.<br/> Категории годности к военной службе по состоянию здоровья граждан. Порядок медицинского освидетельствования граждан, желающих поступить на учебу в военные образовательные учреждения высшего профессионального образования.</p> <p><b>16.10. Профессиональный психологический отбор</b><br/> Профессиональный психологический отбор и его предназначение. Критерии по определению профессиональной пригодности призывника к военной службе.</p> <p><b>16.11. Увольнение с военной службы</b><br/> Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Предназначение запаса, разряды запаса в зависимости от возраста граждан. Военные сборы.</p> | <p>2</p> <p>2</p> |  |
|--|---|-------------------|--|

|  |  |                   |   |
|--|--|-------------------|---|
|  | Практическая работа<br>Решение ситуационных задач. | 2                 | 2 |
|  | Дифференцированный зачет                           |                   |   |
|  | <b>ВСЕГО:</b>                                      | <b>132(88+44)</b> |   |

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета основ безопасности жизнедеятельности.

##### **Оборудование учебного кабинета:**

1. Посадочные места по количеству студентов.
2. Рабочее место преподавателя.
3. Комплект сетевого оборудования, обеспечивающий соединение всех компьютеров, установленных в кабинете, в единую сеть с выходом через прокси-сервер в Интернет.
4. Аудиторная доска для письма.
5. Вентиляционное оборудование, обеспечивающее комфортные условия для проведения занятий.

##### **Технические средства обучения:**

1. Мультимедиа проектор; интерактивная доска.
2. Массово-габаритные макеты автомата Калашникова (ММГ АК-74).
3. Электронный тренажер по выработке навыков оказания первой медицинской помощи «Максим».
4. Стрелковый тренажер ООТ
5. Комплект учебных видеофильмов
6. Комплекты наглядных пособий по темам заятий.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.**

##### ***Основная литература:***

1. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для 10-11 кл. общеобразовательных учреждений. - М.: Просвещение, 2018 г
2. Армия государства Российского и защита Отечества / Под ред. В.В.Смирнова. – М., 2017г.
3. Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С.В.Петров, В.Г.Бубнов. – М., 2018.
4. Латчук В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для 10-11 кл. общеобразовательных учреждений. - М.: Просвещение, 2019 г
5. В.А.Отечественные награды / В.А.Дуров. — М.: Просвещение, 2019

##### ***Дополнительная литература:***

Федеральные законы «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 61-ФЗ и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. – М., 2018—2019г  
Военная доктрина Российской Федерации // Вестник военной информации. – 2019. – № 5.

Дуров В.А. Русские награды XVIII – начала XX в. / В.А.Дуров. – 2-е изд., доп. – М., 2019.

Дуров В.А. Отечественные награды / В.А.Дуров. — М.: Просвещение, 2018.  
Конституция Российской Федерации (действующая редакция).

Концепция национальной безопасности Российской Федерации // Вестник военной информации. – 2018 – № 2.

Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся / [А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, Э.Н.Аюбов]; под ред. А.Т.Смирнова. – М., 2019.

Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С.В.Петров, В.Г.Бубнов. – М., 2018.

Семейный кодекс Российской Федерации (действующая редакция).

Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб. для 10—11 кл. общеобразоват. учреждений. / А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, П.В.Ижевский; под общ. ред. А.Т.Смирнова. – 6-е изд. – М., 2018.

Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция)

***Интернет - ресурсы:***

Академик. Словари и энциклопедии. <http://dic.academic.ru/>

Большая советская энциклопедия. <http://bse.sci-lib.com>

BooksGid. Электронная библиотека. <http://www.booksgid.com>

Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов. <http://globalteka.ru/index.html>

Единое окно доступа к образовательным ресурсам. <http://window.edu.ru>

Книги. [http://www.ozon.ru/context/div\\_book/](http://www.ozon.ru/context/div_book/)

Лучшая учебная литература. <http://st-books.ru>

Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения студентами индивидуальных заданий, проектов, исследований.

| Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)   | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения  |
|--|--|
| <p>В результате изучения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обучающийся должен:</p> <p><b>знать/понимать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;</li><li>• потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;</li><li>• основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</li><li>• основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;</li><li>• порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;</li><li>• состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;</li><li>• основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;</li><li>• основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;</li><li>• требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;</li><li>• предназначение, структуру и задачи РСЧС;</li></ul> | <ol style="list-style-type: none"><li>1. Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.</li><li>2. Стартовая диагностика подготовки обучающихся по школьному курсу ОБЖ; выявление мотивации к изучению нового материала.</li><li>3. Текущий контроль в форме:<ul style="list-style-type: none"><li>- защиты практических работ;</li><li>- контрольных работ по темам разделов дисциплины;</li><li>- тестирования;</li><li>- домашней работы;</li><li>- отчёта по проделанной внеаудиторной самостоятельной работе согласно инструкции (представление пособия, презентации /буклета, информационное сообщение).</li></ul></li><li>4. Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета.</li></ol> |

- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

уметь:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- 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 практической деятельности и повседневной жизни:

- для ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

## Зачетные вопросы

1. Правила безопасного поведения в условиях автономного существования
2. Первая медицинская помощь при инсульте
3. Виды кровотечений
4. Методы ориентирования на местности
5. Основы медицинских знаний
6. Правила безопасного поведения в общественных местах, на улице, в подъезде и лифте
7. Что нужно делать при землетрясениях, пожарах и ураганах
8. Что такое вирусы, бактерии, риккетсии и грибки
9. Зарин, иприт и фосген
10. Правила криминогенного характера в подъезде и в лифте
11. Первая медицинская помощь при кровотечениях
12. Виды кровотечений
13. Решение об уходе с места аварии и оставаться на месте аварии
14. Что нужно делать при урагане, оползнях и пожаре
15. Виды химического оружия
16. Вредные привычки и их профилактика
17. Правила безопасного поведения криминогенного характера на улице и в транспорте
18. Здоровье человека (духовное, физическое)
19. Уголовная ответственность несовершеннолетних
20. Иммуитет и его виды
21. Первая медицинская помощь при алкогольном, наркотическом отравлении
22. Решение об уходе с места аварии и об уходе с места аварии
23. Первая медицинская помощь при переломах
24. Факторы, влияющие на здоровье человека
25. Основные инфекционные заболевания
26. Биологическое оружие
27. Первая медицинская помощь при сердечной недостаточности
28. Закаливание и двигательная активность
29. Ядерное оружие
30. Виды раны
33. Наркомания и курение.
34. Первая медицинская помощь при переломах
35. Штрафы, исправительные работы и обязательные работы для подростков
36. Виды химического оружия
37. Сапрофиты, условно-патогенные и патогенные микробы
38. Героизм, мужество и воинский коллектив

## **Тема «Чрезвычайные ситуации»**

### **1 вариант**

1. Классификация ЧС природного происхождения.
2. Вопрос по карточкам.
3. Виды инженерно-защитных сооружений.
4. В области ГО гражданин имеет право...

### **2 вариант**

1. Классификация ЧС техногенного происхождения.
2. Вопрос по карточкам.
3. Оповещение населения о ЧС.
4. В области ГО гражданин обязан...

### **3 вариант**

1. Классификация ЧС социального происхождения.
2. Вопрос по карточкам.
3. Эвакуация населения.
4. В области ГО гражданину предоставляются права...

## **Тема «Вооруженные силы РФ»**

### **1 вариант**

1. Виды ВС РФ.
2. Основные понятия о воинской обязанности.
3. Прохождение военной службы по призыву.
4. Боевые традиции ВС РФ.

### **2 вариант**

1. Войска не входящие в виды ВС РФ.
2. Призыв на военную службу.
3. Прохождение военной службы по контракту.
4. Символы воинской чести.

### **3 вариант**

1. Рода войск.
2. Права и обязанности военнослужащих.
3. Альтернативная гражданская служба.
4. Ритуалы Вооруженных сил РФ.

## **Тема «Автономное существование человека»**

### **1 вариант**

1. Добровольная автономия.

2. Определение сторон горизонта по признакам местных предметов.
3. Правила поведения при встрече с дикими животными.
4. Способы добычи воды.

### **2 вариант**

1. Вынужденная автономия.
2. Определение сторон горизонта по звездам.
3. Первая медицинская помощь при укусе змей.
4. Способы добычи огня.

### **3 вариант**

1. Бивачные работы.
2. Определение сторон горизонта по солнцу и часам.
3. Первая медицинская помощь при укусе насекомых.
4. Постройка временного убежища

## **Тема «Оказание первой медицинской помощи».**

### **1 вариант**

1. Оказание ПМП при тепловом ударе
2. Оказание ПМП при переломе предплечья
3. Способы иммобилизации
4. Кишечные инфекции

### **2 вариант**

1. Оказание ПМП при солнечном ударе
2. Оказание ПМП при переломе ключицы
3. Искусственная вентиляция легких и непрямой массаж сердца
4. Инфекции дыхательных путей

### **3 вариант**

1. Оказание ПМП при термическом ожоге
2. Оказание ПМП при переломе ноги
3. Способы остановки артериального кровотечения
4. Контактно-бытовые инфекции

## **Тесты**

### **Тема: Автономное существование**

#### **I вариант**

- 1. Автономное существование это ...**
  - а) изучение флоры фауны за пределами населенного пункта;
  - б) существование человека «один на один» с природой;
  - в) существование человека в природе при сложных погодных условиях;

г) существование человека за пределами своей страны, т.е. за границей.

**2. В целях безопасности во время грозы НЕ следует:**

- а) находиться у высоких деревьев; б) находиться в воде;
- в) находиться в густом кустарнике; г) приближаться к высотным объектам.

**3. При нарушении правил акклиматизации в горах человеку угрожает:**

- а) обезвоживание; б) состояние паники;
- в) кислородное голодание; г) инфекционные заболевания.

**4. Водоемы являются опасными:**

- а) весной, при таянии льда; б) в любое время года;
- в) зимой, из-за очень низкой температуры воды; г) летом, по причине большого скопления людей.

**5. Каким из перечисленных способов следует сушить одежду у костра?**

- а) на «рогатке» над открытым огнем;
- б) на веревках или «рогатках» невдалеке от открытого огня;
- в) разложив мокрую одежду на большие поленья костра;
- г) не снимая одежды встать поближе к огню.

**6. Болезненное состояние, связанное с общим понижением температуры тела, под воздействием холода – это...**

- а) отморожение; б) болевой шок;
- в) переохлаждение; г) обморок.

**7. Повреждение тканей, вызванное воздействием на них высоких температур – это...**

- а) ожог; б) тепловой удар;
- в) солнечный удар; г) обморок.

**8. Какова безопасная дневная продолжительность нахождения перед монитором компьютера школьника подросткового возраста?**

- а) 60 мин; б) 3 часа;
- в) 30 мин; г) 6 часов.

**9. Выбери ошибочное утверждение по поводу сооружения жилища:**

- а) сооружать жилище следует на открытой местности, а не в зарослях кустарника;
- б) палатку и костер следует располагать, учитывая направление ветра;
- в) не следует ставить палатку на низком берегу у самой воды;
- г) в бурю или грозу сооружайте жилище под большим деревом для защиты от осадков.

**10. Загорая на пляже, ты заметил тонущего в озере товарища. На берегу у отдыхающих имеются:**

- а) рюкзак с продуктами; г) сигнальная ракета;
- б) надувной матрас; д) лыжная палка;
- в) пустая канистра; е) рыбацкие сети.

## **II вариант**

**1. Экстремальная ситуация – это:**

- а) ситуация, которая помогает найти выход из трудного положения;
- б) ситуация, в которой человек побеждает страх и трусость;

в) ситуация, которая содержит угрозу жизни, здоровью и имуществу человека;

г) ситуация, когда человек не умеет предвидеть опасности.

**2. В целях безопасности во время грозы НЕ следует:**

а) находиться у открытого огня (костра); б) находиться у железнодорожного полотна;

в) находиться у водоемов; г) находиться в яме или овраге.

**3. При нарушении правил акклиматизации в жарких континентах человеку угрожает:**

а) кислородное голодание; б) переохлаждения организма;

в) обезвоживание организма; г) скука и отсутствие общения.

**4. Преодолевать водоем по льду следует:**

а) на рассвете, когда лед наиболее крепкий; б) в светлое время суток и при хорошей видимости;

в) морозной ночью, при ясной луне; г) учитывая надежность льда – в любое время.

**5. Каким из перечисленных способов следует сушить обувь у костра?**

а) не снимая обуви держать ноги у огня;

б) поставить мокрую обувь к огню;

в) повесить обувь подошвой вверх на вбитые у костра колышки;

г) насыпать в мокрую обувь теплой золы от прогоревшего костра.

**6. Болезненное состояние, связанное с общим перегревом организма под воздействием тепловых факторов – это...**

а) солнечный ожог; б) утомление;

в) тепловой удар; г) болевой шок.

**7. Повреждение тканей организма в результате воздействия на них низких температур – это...**

а) лучевая болезнь; б) переохлаждение;

в) отморожение; г) травматический шок.

**8. Через какой период времени работы за компьютером школьники 1-6 классов должны делать перерывы в работе?**

а) через каждые 10 мин; б) через каждый час;

в) через каждые 5 мин; г) через каждые 3 часа.

**9. Выбери ошибочное утверждение по поводу сооружения жилища:**

а) все типы укрытий расставляются напротив костра с наветренной стороны;

б) удобно и безопасно сооружать жилище под склоном горы или скалистого утеса;

в) сооружать жилище следует неподалеку от источников пресной воды;

г) нельзя разбивать место стоянки на дне сухих русел рек.

**10. Загорая на пляже, ты заметил тонущего в озере товарища. На берегу у отдыхающих имеются:**

а) рюкзак с продуктами; г) зажигалка;

б) пустая канистра; д) веревка;

в) рыбацкие сети; е) доска.

## Тема: Вооруженные силы

Тесты подходят практически к любым учебникам по ОБЖ, Смирнова, Б.О. Хренникова М.: Просвещение, 2019 г.

### **1. Дополните предложение.**

Боевые традиции-это...

- а. система межличностных отношений в воинских коллективах;
- б. народные обычаи, перенесённые в сферу военных отношений;
- в. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с выполнением боевых задач и населением воинской службы;
- г. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение уставные и неуставные взаимоотношения.

### **2. Что характерно для любого воинского коллектива?**

- а. автономия, означающая определённую самостоятельность и проявляющаяся в выполнении функций, свойственных только этому коллективу;
- б. способность сохранять структуру и функции;
- в. минимальная численность и состав, позволяющие выполнять возложенные на коллектив функции;
- г. оптимальная численность и состав, позволяющие полностью выполнять возложенные на коллектив функции с минимальными затратами труда и средств;
- д. способность быстро изменять организационную структуру.

### **3. Дополни предложение.**

Ордена-это...

- а. почётные ведомственные награды за успехи в различной деятельности;
- б. наградные государственные знаки за успехи на производстве;
- в. почётные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги.
- г. почётные награды министра обороны РФ за безупречное служение Родине

### **4. Какие государственные награды России и бывшего СССР сохранены в системе госнаград Российской Федерации?**

- а. орден Святого Георгия и знак отличия Георгиевский крест;
- б. орден «За заслуги перед Отечеством»;
- в. военные ордена Суворова, Ушакова, Кутузова, Александра Невского, Нахимова;
- г. орден и медаль «За заслуги перед отечеством».

### **5. На какие виды условно можно подразделить воинские ритуалы?**

- а. парадной деятельности;
- б. боевой деятельности;
- в. учебно-боевой деятельности;
- г. повседневной деятельности;
- д. гарнизонной и караульной служб;

е. боевой учёбы.

**6. Дополни предложение.**

Воинская обязанность—это...

- а. особый вид государственной службы, исполняемой гражданами в Вооружённых силах и других войсках;
- б. установленный государством воинский долг по военной защите своей страны;
- в. установленный государством почётный долг граждан с оружием в руках защищать своё Отечество, нести службу в рядах, Вооружённых сил, проходить вне воинской подготовки и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности.

**7. Что предусматривает воинская обязанность граждан в период мобилизации, военного положения и в военное время?**

- а. отсрочку от военной службы;
- б. призыв на военную службу;
- в. прохождение военной службы;
- г. военное обучение;
- д. призыв на военные сборы и их прохождение

**8. Какие санкции принимаются в отношении гражданина, не являющегося по вызову военного комиссариата в указанный срок без уважительной причины?**

- а. моральная и материальная ответственность;
- б. дисциплинарная ответственность в соответствии с законодательством РФ;
- в. административная ответственность в соответствии с законодательством РФ;
- г. уголовная ответственность в соответствии с Уголовным кодексом РФ.

**9. Что предусматривает обязательная подготовка к военной службе?**

- а. подготовку по основам военной службы в общеобразовательных учреждениях и учебных пунктах органов местного самоуправления,
- б. участие в военно-патриотической работе и подготовку в военно-патриотических объединениях;
- в. членство в какой-либо организации, имеющей военную направленность;
- г. овладение одной или несколькими военно-учётными специальностями;
- д. прохождение медицинского освидетельствования.

**10. Какая может быть вынесена оценка по результатам профессионального психологического отбора о пригодности гражданина к исполнению обязанностей в сфере военной деятельности?**

- а. рекомендуется вне очереди — высшая категория профессиональной пригодности;
- б. рекомендуется в первую очередь — первая категория профессиональной пригодности;
- в. рекомендуется — вторая категория профессиональной пригодности;
- г. рекомендуется условно — третья категория профессиональной пригодности;
- д. не рекомендуется — четвёртая категория профессиональной пригодности.

## Тема: Чрезвычайные ситуации

1. Дополните предложение.

Катастрофа — это...

- а. аварийная ситуация на транспорте и производстве;
- б. техногенное происшествие, создающее на объекте, определенной территории или акватории угрозу для жизни и здоровья людей, не приводящее к разрушению зданий и сооружений, оборудования и транспортных средств;
- в. опасное техногенное происшествие, создающее на объекте, определенной территории или акватории угрозу для жизни и здоровья людей, приводящее к нарушению производственного или транспортного процесса, а также к нанесению ущерба окружающей среде;

2. К характерным особенностям взрыва относятся:

- а. малая скорость химического превращения с образованием минимального количества газообразных продуктов;
- б. большая скорость химического превращения с образованием большого количества газообразных продуктов;
- в. сильный звуковой эффект (грохот, громкий звук, шум);
- г. мощное дробящее действие.

3. Какие условия необходимы для протекания процесса горения?

- а. отсутствие окислителя;
- б. наличие горючего вещества;
- в. наличие окислителя;
- г. наличие источника воспламенения;
- д. наличие воздушного потока.

4. По каким причинам чаще всего возникают пожары в жилых и общественных зданиях?

- а. в связи с жаркой и сухой погодой;
- б. неисправность электросети и электроприборов, а также утечка газа;
- в. неосторожное обращение и шалости детей с огнем;
- г. использование неисправных или самодельных отопительных приборов, а также беспечность и небрежность в обращении с огнем.

5. Что необходимо предпринять человеку, если он оказался в завале и у него нет возможности выбраться?

- а. снять верхнюю одежду, чтобы занимать меньше места;
- б. посмотреть, нет ли где просветов, лазов, проемов;
- в. укрепить завал (установив подпорки);
- г. постараться найти и надеть теплые вещи.

6. Какие вам известны основные факторы пожара?

- а. высокая концентрация кислорода;
- б. воздействие огня (горение), а также высокая температура и теплоизлучение;

в. газовая среда;

г. задымление и загазованность помещений и территорий токсичными продуктами горения.

7. Какие условия создают потенциальную опасность возникновения чрезвычайных ситуаций техногенного характера?

а. наличие неподалеку от места жительства или работы крупных пресных водоемов;

б. наличие в воздухе, реках и водоемах района, прилегающего к месту проживания, работы, учебы, вредных веществ в количествах, превышающих предельно допустимые концентрации;

в. наличие неподалеку от места жительства или работы, пожаро- и взрывоопасных объектов, грузовых железнодорожных станций, грузовых портов, аэродромов, газо-, нефте- и продуктопроводов, гидротехнических сооружений, захоронений химических и радиоактивных отходов и свалок;

8. Дать определение ЧС – это

а. неблагоприятная обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, катастрофы или иного бедствия, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей, окружающей среде, значительные материальные потери и нарушения жизнедеятельности людей;

б. техногенное происшествие, создающее на объекте, определенной территории или акватории угрозу для жизни и здоровья людей, не приводящее к разрушению зданий и сооружений, оборудования и транспортных средств;

в. опасное техногенное происшествие, создающее на объекте определенной территории или акватории угрозу для жизни и здоровья людей, приводящее к разрушению зданий, сооружений, оборудования и транспортных средств, нарушению производственного или транспортного процесса, а также к нанесению ущерба окружающей среде;

9. Пожар – это

а. реакция горения, при которой скорость выделения тепла превышает скорость ее рассеивания;

б. неконтролируемый процесс горения, сопровождающийся уничтожением материальных ценностей и создающий опасность для жизни и здоровья людей;

в. это физико-механический процесс превращения горючих веществ и материалов в продукты сгорания, сопровождающийся интенсивным выделением тепла, дыма и световым излучением;

10. Назовите способы прекращения горения

а. герметизация

б. охлаждение

в. разбавление

г. изоляция

д. химическим торможением реакции.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 327766045235508045123579633876966067016845890628

Владелец Гаджиалиева Раисат Хабибуллаевна

Действителен с 02.10.2023 по 01.10.2024