

Автономная некоммерческая организация высшего образования  
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»



КОЛЛЕДЖ

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**БД 10 Основы безопасности жизнедеятельности**

для специальности

43.02.16 Туризм и гостеприимство

Среднего профессионального образования  
очная форма обучения  
**(базовый уровень)**

Красноярск  
2023

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования

Срок обучения 2 года 10 месяцев

**Базовый уровень среднего профессионального образования**

Рабочую программу составил (а, и)

Ст. преподаватель колледжа АНО ВО СИБУП

Струков Н.Н.

  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Рабочая программа согласована с кафедрой общественных наук

Заведующий кафедрой Козловская В.А. к.ф.н.

  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

« 17 » мая 2023 г.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на учебно-методическом совете колледжа

«17» мая 2023 г.

Протокол № 09

Председатель учебно – методического совета колледжа Рыгина Е.А. /  /.

(с) АНО ВО СИБУП, 2023

## СОДЕРЖАНИЕ

|  |           |
|--|-----------|
| 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ              | стр.<br>4 |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ                 | 9         |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ           | 15        |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 16        |

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Основы безопасности жизнедеятельности

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе требований Федеральной образовательной программы среднего общего образования (далее – ФОП СОО), предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

### 1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППССЗ).

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» относится к предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» ФОП СОО. Уровень освоения учебной дисциплины в соответствии с ФОП СОО – базовый.

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

Целью изучения учебной дисциплины «основы безопасности жизнедеятельности» на уровне среднего общего образования является достижение базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с актуальными потребностями личности, общества и государства, что предполагает: понимание необходимости следовать правилам безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; формирование принципов и навыков антиэкстремистского и антитеррористического поведения, нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для общества; формирование отрицательного отношения к вредным привычкам, другим проявлениям асоциального поведения; формирование умения безопасно для себя и окружающих пользоваться источниками информации, критически относиться к источникам информации и их содержанию; формирование умения принимать решения, анализировать ситуации с целью предупреждения опасных ситуаций или избежания риска попасть в подобные ситуации; способность применять принципы и правила безопасного поведения в повседневной жизни на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин и механизмов возникновения и развития различных опасных и чрезвычайных ситуаций, готовности к применению необходимых средств и действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций; сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного и группового безопасного поведения в интересах благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства; знание и понимание роли личности, общества и государства в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

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

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на уровне среднего общего образования у обучающегося будут сформированы следующие **личностные результаты**:

1) гражданского воспитания: сформированность активной гражданской позиции обучающегося, готового и способного применять принципы и правила безопасного поведения в течение всей жизни; уважение закона и правопорядка, осознание своих прав, обязанностей и ответственности в области защиты населения и территории Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций и в других областях, связанных с безопасностью жизнедеятельности; сформированность базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности как основы для благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства; готовность противостоять идеологии экстремизма и терроризма, национализма и ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам; готовность к взаимодействию с обществом и государством в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения; готовность к участию в деятельности государственных социальных организаций и институтов гражданского общества в области обеспечения комплексной безопасности личности, общества и государства;

2) патриотического воспитания: сформированность российской гражданской идентичности, уважения к своему народу, памяти защитников Родины и боевым подвигам Героев Отечества, гордости за свою Родину и Вооружённые силы Российской Федерации, прошлое и настоящее многонационального народа России, российской армии и флота; ценностное отношение к государственным и военным символам, историческому и природному наследию, дням воинской славы, боевым традициям Вооружённых Сил Российской Федерации, достижениям России в области обеспечения безопасности жизни и здоровья людей; сформированность чувства ответственности перед Родиной, идейная убежденность и готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу;

3) духовно-нравственного воспитания: осознание духовных ценностей российского народа и российского воинства; сформированность ценности безопасного поведения, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности других людей, общества и государства; способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, готовность реализовать риск-ориентированное поведение, самостоятельно и ответственно действовать в различных условиях жизнедеятельности по снижению риска возникновения опасных ситуаций, перерастания их в чрезвычайные ситуации, смягчению их последствий; ответственное отношение к своим родителям, старшему поколению, семье, культуре и традициям народов России, принятие идей волонтерства и добровольчества;

4) эстетического воспитания: эстетическое отношение к миру в сочетании с культурой безопасности жизнедеятельности; понимание взаимозависимости успешности и полноценного развития и безопасного поведения в повседневной жизни;

5) физического воспитания: осознание ценности жизни, сформированность ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих; знание приёмов оказания первой помощи и готовность применять их в случае необходимости; потребность в регулярном ведении здорового образа жизни; осознание последствий и активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;

6) трудового воспитания: готовность к труду, осознание значимости трудовой деятельности для развития личности, общества и государства, обеспечения национальной безопасности; готовность к осознанному и ответственному соблюдению требований безопасности в процессе трудовой деятельности; интерес к различным сферам профессиональной деятельности, включая военно-профессиональную деятельность; готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни;

7) экологического воспитания: сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной среды, осознание глобального характера экологических проблем, их роли в обеспечении

безопасности личности, общества и государства; планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе соблюдения экологической грамотности и разумного природопользования; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий и предотвращать их; расширение представлений о деятельности экологической направленности;

8) ценности научного познания: сформированность мировоззрения, соответствующего текущему уровню развития общей теории безопасности, современных представлений о безопасности в технических, естественно-научных, общественных, гуманитарных областях знаний, современной концепции культуры безопасности жизнедеятельности; понимание научно-практических основ учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», осознание его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства; способность применять научные знания для реализации принципов безопасного поведения (способность предвидеть, по возможности избегать, безопасно действовать в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях)..

### ***Метапредметные результаты***

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на уровне среднего общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

***Познавательные универсальные учебные действия*** *Базовые логические действия:* самостоятельно определять актуальные проблемные вопросы безопасности личности, общества и государства, обосновывать их приоритет и всесторонне анализировать, разрабатывать алгоритмы их возможного решения в различных ситуациях; устанавливать существенный признак или основания для обобщения, сравнения и классификации событий и явлений в области безопасности жизнедеятельности, выявлять их закономерности и противоречия; определять цели действий применительно к заданной (смоделированной) ситуации, выбирать способы их достижения с учётом самостоятельно выделенных критериев в парадигме безопасной жизнедеятельности, оценивать риски возможных последствий для реализации риск-ориентированного поведения; моделировать объекты (события, явления) в области безопасности личности, общества и государства, анализировать их различные состояния для решения познавательных задач, переносить приобретённые знания в повседневную жизнь; планировать и осуществлять учебные действия в условиях дефицита информации, необходимой для решения стоящей задачи; развивать творческое мышление при решении ситуационных задач. *Базовые исследовательские действия:* владеть научной терминологией, ключевыми понятиями и методами в области безопасности жизнедеятельности; владеть видами деятельности по приобретению нового знания, его преобразованию и применению для решения различных учебных задач, в том числе при разработке и защите проектных работ; анализировать содержание учебных вопросов и заданий и выдвигать новые идеи, самостоятельно выбирать оптимальный способ решения задач с учётом установленных (обоснованных) критериев; раскрывать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между реальным (заданным) и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) в повседневной жизни; критически оценивать полученные в ходе решения учебных задач результаты, обосновывать предложения по их корректировке в новых условиях; характеризовать приобретённые знания и навыки, оценивать возможность их реализации в реальных ситуациях; использовать знания других предметных областей для решения учебных задач в области безопасности жизнедеятельности; переносить приобретённые знания и навыки в повседневную жизнь. *Работа с информацией:* владеть навыками самостоятельного поиска, сбора, обобщения и анализа различных видов информации из

источников разных типов при обеспечении условий информационной безопасности личности; создавать информационные блоки в различных форматах с учётом характера решаемой учебной задачи; самостоятельно выбирать оптимальную форму их представления; оценивать достоверность, легитимность информации, её соответствие правовым и морально-этическим нормам владеть навыками по предотвращению рисков, профилактике угроз и защите от опасностей цифровой среды; использовать средства информационных и коммуникационных технологий в учебном процессе с соблюдением требований эргономики, техники безопасности и гигиены.

**Коммуникативные универсальные учебные действия** *Общение:* осуществлять в ходе образовательной деятельности безопасную коммуникацию, переносить принципы её организации в повседневную жизнь; распознавать вербальные и невербальные средства общения; понимать значение социальных знаков; определять признаки деструктивного общения; владеть приёмами безопасного межличностного и группового общения; безопасно действовать по избеганию конфликтных ситуаций; аргументированно, логично и ясно излагать свою точку зрения с использованием языковых средств. *Совместная деятельность:* понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы в конкретной учебной ситуации; ставить цели и организовывать совместную деятельность с учётом общих интересов, мнений и возможностей каждого участника команды (составлять план, распределять роли, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, договариваться о результатах); оценивать свой вклад и вклад каждого участника команды в общий результат по совместно разработанным критериям; осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях; предлагать новые идеи, оценивать их с позиции новизны и практической значимости; проявлять творчество и разумную инициативу

**Регулятивные универсальные учебные действия** *Самоорганизация:* ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях; самостоятельно выявлять проблемные вопросы, выбирать оптимальный способ и составлять план их решения в конкретных условиях делать осознанный выбор в новой ситуации, аргументировать его; брать ответственность за своё решение; оценивать приобретённый опыт; расширять познания в области безопасности жизнедеятельности на основе личных предпочтений и за счёт привлечения научно-практических знаний других предметных областей; повышать образовательный и культурный уровень. *Самоконтроль:* оценивать образовательные ситуации; предвидеть трудности, которые могут возникнуть при их разрешении; вносить коррективы в свою деятельность; контролировать соответствие результатов целям; использовать приёмы рефлексии для анализа и оценки образовательной ситуации, выбора оптимального решения. *Принятие себя и других:* принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства, не возможности контроля всего вокруг; принимать мотивы и аргументы других при анализе и оценке образовательной ситуации; признавать право на ошибку свою и чужую.

**Предметные результаты:**

- сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;

- сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знание порядка действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;

- сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте;

- знание правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике;
- знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;
- знания о способах безопасного поведения в природной среде, умение применять их на практике; знание порядка действий при чрезвычайных ситуациях природного характера;
- сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;
- владение основами медицинских знаний: владение приёмами оказания первой помощи при неотложных состояниях;
- знание мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам;
- знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера; знания основ безопасного, конструктивного общения;
- умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера;
- умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;
- сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии;
- знания о способах безопасного поведения в цифровой среде, умение применять их на практике;
- умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;
- знание основ пожарной безопасности, умение применять их на практике для предупреждения пожаров;
- знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде;
- знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности; сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма;
- знание роли государства в противодействии терроризму; умение различать приёмы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им;
- знание порядка действий при объявлении разного уровня террористической опасности;
- знание порядка действий при угрозе совершения террористического акта, при совершении террористического акта, при проведении контртеррористической операции;
- сформированность представлений о роли России в современном мире, угрозах военного характера, роли вооружённых сил в обеспечении мира;
- знание основ обороны государства и военной службы, прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны;
- знание действия при сигналах гражданской обороны;
- знание основ государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера;
- знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области;

- знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности.

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

*максимальной учебной нагрузки обучающегося 68 часов, в том числе:*

*обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 68 часов.*

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИН

### 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>68</b>          |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>  | <b>68</b>          |
| в том числе:   |                    |
| лекции, уроки  | 46                 |
| практические занятия                                     | 22                 |
| <i>Промежуточная аттестация в форме зачета с оценкой</i> |                    |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

| Наименование разделов и тем  | Содержание учебного материала, практические занятия   | Объем часов |
|--|---|-------------|
| Введение   | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>1</b>    |
|  | Цели и задачи дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности». Культура безопасности жизнедеятельности – современная концепция безопасного типа поведения личности.  |             |
| <b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности</b>   |   | <b>9</b>    |
| Тема 1.1 Здоровье и здоровый образ жизни.  | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>1</b>    |
|  | Общее понятие о здоровье. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Техносфера как источник негативных факторов.  | 1           |
| Тема 1.2 Вредные привычки и их профилактика.   | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>2</b>    |
|  | Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к алкоголю и наркотикам. | 2           |
|  | <b>Практическая работа</b><br>Деловая - ролевая игра. «Отказ от вредных привычек. Табакокурение».   | 2           |
| Тема 1.3 Правила и безопасность дорожного движения.                                      | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>2</b>    |
|  | Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.   | 2           |
| Тема 1.4 Правовые основы взаимоотношения полов.  | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>1</b>    |
|  | Брак и семья. Культура брачных отношений. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенции ООН «О правах ребенка».   | 1           |
| Тема 1.5 Опасности вовлечения молодежи в противозаконную и антиобщественную деятельность | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>1</b>    |
|  | Опасности вовлечения молодежи и подростков в незаконные и протестные акции. Явные и скрытые опасности современных развлечений молодежи.   | 1           |
| <b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.</b>             |   | <b>21</b>   |
| Тема 2.1 Общая классификация   | <b>Содержания учебного материала.</b>   | <b>1</b>    |
|  | Основные понятия и определения. Стихийные бедствия характерные для нашего региона. Основные   | 1           |

|   |  |                            |          |
|---|--|----------------------------|----------|
| <b>чрезвычайных ситуаций природного характера.</b>  |  | принципы защиты населения. |          |
| <b>Тема 2.2 Вынужденное автономное существование.</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>   |                            | <b>1</b> |
|   | Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Причины, приводящие человека к автономному существованию в природе. Способы подготовки человека к автономному существованию в природной среде.   |                            | 1        |
|   | <b>Практические занятия.</b>   |                            | <b>4</b> |
|   | Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака. Разведение костра, приготовление пищи на костре, меры пожарной безопасности. Подача сигналов бедствия с использованием имеющихся сигнальных средств. |                            | 2        |
|   | Кейс-метод - «Основные правила поведения при вынужденном автономном существовании»   |                            | 2        |
| <b>Тема 2.3 Чрезвычайные ситуации техногенного характера.</b>                                       | <b>Содержания учебного материала</b>   |                            | <b>2</b> |
|   | Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Изучение и оценка чрезвычайных ситуаций на химически опасных объектах.   |                            | 1        |
|   | Изучение и оценка чрезвычайных ситуаций на радиационно опасных объектах.   |                            | 1        |
|   | <b>Практические занятия</b>  |                            | <b>2</b> |
|   | Отработка моделей поведения населения при выбросе АХОВ, радиации.  |                            | 2        |
| <b>Тема 2.4 Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.</b> | <b>Содержания учебного материала</b>   |                            | <b>2</b> |
|   | Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре  |                            | 2        |
|   | <b>Практические занятия</b>  |                            | <b>2</b> |
|   | Первичные средства пожаротушения. Изучение основных способов пожаротушения и различных видов огнегасящих веществ.  |                            | 2        |
| <b>Тема 2.5 Чрезвычайные ситуации социального характера</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>   |                            | <b>2</b> |
|   | Социальные опасности. Обеспечение безопасности своего жилища, личной безопасности. Уголовная ответственность несовершеннолетних.   |                            | 2        |
|   | <b>Практические занятия.</b>   |                            | <b>2</b> |
|   | Работа в малых группах с применением кейс-метода.  |                            | 2        |
|   | Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов.   |                            |          |
| <b>Тема 2.6</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>   |                            | <b>2</b> |

|  |  |                  |
|--|--|------------------|
| <b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b>                            | Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Гражданская оборона. Основные задачи ГО. Задачи гражданской обороны объекта. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.  | <i>1</i>         |
|  | Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуациях. Инженерная защита. Виды защитных сооружений и правила поведения в них. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан | <i>1</i>         |
| <b>Тема 2.7 Экстремизм и терроризм – угрозы обществу и каждому человеку</b>                  | <b>Содержание учебного материала</b>   | <i>1</i>         |
|  | Сущность явлений экстремизма и терроризма. Противодействие экстремизму и терроризму, ответственность граждан в этой области. Деятельность государства при реальной угрозе террористической опасности.  | <i>1</i>         |
| <b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>                           |  | <b><i>13</i></b> |
| <b>Тема 3.1 История создания Вооруженных Сил Российской Федерации.</b>                       | <b>Содержания учебного материала</b>   | <i>1</i>         |
|  | Национальная и военная безопасность. Военные реформы. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. История создания Вооруженных Сил Российской Федерации, их предназначение и структура.  | <i>1</i>         |
| <b>Тема 3.2 Воинская обязанность</b>   | <b>Содержания учебного материала</b>   | <i>2</i>         |
|  | Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Призыв на военную службу.  | <i>2</i>         |
| <b>Тема 3.3. Прохождение военной службы по контракту, альтернативная гражданская служба.</b> | <b>Содержания учебного материала</b>   | <i>2</i>         |
|  | Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной службы. | <i>2</i>         |
|  | <b>Практические занятия</b><br>Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.   | <i>2</i>         |
| <b>Тема 3.4 Воинская дисциплина и ответственность.</b>                                       | <b>Содержания учебного материала</b>   | <i>2</i>         |
|  | Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).  | <i>2</i>         |

|   |   |           |
|---|---|-----------|
| <b>Тема 3.5 Боевые традиции, ритуалы Вооруженных Сил России.</b>                | <b>Содержания учебного материала</b>  | <b>4</b>  |
|   | Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Боевое знамя воинской части. История знамени. Ритуал вручения Боевого знамени. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою, и военной службе. Государственные награды России. Дни воинской славы России. | 4         |
|   | <b>Практические занятия</b>   | <b>2</b>  |
|   | Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.  | 2         |
| <b>Раздел 4. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</b> |   | <b>22</b> |
| <b>Тема 4.1 Правила оказания первой медицинской помощи</b>                      | <b>Содержания учебного материала</b>  | <b>2</b>  |
|   | Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи.  | 2         |
| <b>Тема 4.2 Травмы и их виды</b>  | <b>Содержания учебного материала</b>  | <b>4</b>  |
|   | Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.   | 4         |
|   |   |           |
| <b>Тема 4.3 Понятие и виды кровотечений</b>                                     | <b>Содержания учебного материала</b>  | <b>2</b>  |
|   | Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощи при артериальном и венозном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Основные признаки внутреннего кровотечения.   | 4         |
|   | <b>Практические занятия</b>   | <b>4</b>  |
|   | Кейс-стади. Порядок наложения повязки при ранениях головы, туловища, верхних и нижних конечностей.  | 2         |
|   | Наложение кровоостанавливающего жгута (закрутки), пальцевое прижатие артерий.   | 2         |
| <b>Тема 4.4 Первая помощь при неотложных состояниях.</b>                        | <b>Содержания учебного материала</b>  | <b>6</b>  |
|   | Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических и химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.   | 4         |
|   | Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.  | 2         |
|   | Первая помощи при отравлениях. Острое и хроническое отравление.   |           |
|   | <b>Практическая работа</b>  | <b>2</b>  |
|   | Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии  | 1         |

|  |             |   |           |
|--|-------------|---|-----------|
|  |             | кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца.   |           |
|  |             | Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.                                    | 1         |
| <b>Тема</b>  | <b>4.5</b>  | <b>Содержания учебного материала</b>  | <b>2</b>  |
| <b>Инфекционные болезни, классификация и профилактика.</b> | <b>их и</b> | Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. | 2         |
| <b>Зачет с оценкой</b>                                     |             |   | <b>2</b>  |
| <b>Итого</b>   |             |   | <b>68</b> |

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

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

Реализация программы дисциплины требует наличия спортивного зала (комплекса).

##### **Оборудование спортивного комплекса:**

- спортивный зал, обеспечивающий единовременную пропускную способность не менее 25 чел в час;
- спортивный инвентарь.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

##### **Основные источники**

1. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для 10 класса общеобразовательных организаций. Базовый уровень : учебник / Э. Н. Аюбов, Д. З. Прищепов, М. В. Муркова, А. Ю. Тараканов. – Москва : ООО «Русское слово-учебник», 2021. – 288 с. – URL: <https://znanium.com/catalog/product/2004395>. – Режим доступа: по подписке.

2. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для 11 класса общеобразовательных организаций. Базовый уровень : учебник / Э. Н. Аюбов, Д. З. Прищепов, М. В. Муркова, А. Ю. Тараканов. – Москва : ООО «Русское слово-учебник», 2021. – 304 с. – URL: <https://znanium.com/catalog/product/2004396>. – Режим доступа: по подписке.

##### **Дополнительные источники**

1. Ветошкин, А. Г. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях : учебное пособие / А. Г. Ветошкин. – Москва ; Вологда : Инфра-Инженерия, 2023. – 328 с. – URL: <https://znanium.com/catalog/product/2096152>. – Режим доступа: по подписке.

2. Ковальчук, А. Н. Основы безопасности жизнедеятельности : учебное пособие : в 2 частях. Ч. 1. Основы защиты населения и территорий от военных, техногенных и природных чрезвычайных ситуаций / А. Н. Ковальчук, Н. М. Ковальчук. – Москва : ИНФРА-М, 2023. – 287 с. – (Среднее профессиональное образование). – URL: <https://znanium.com/catalog/product/1911603>. – Режим доступа: по подписке.

##### **Нормативно-правовые акты**

1. Федеральный закон Российской Федерации «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (действующая редакция)

2. Федеральный закон Российской Федерации «О пожарной безопасности» (действующая редакция)

3. Федеральный закон Российской Федерации «О безопасности дорожного движения» (действующая редакция)

4. Федеральный закон Российской Федерации «Об экологической безопасности» (действующая редакция)

5. Федеральный закон Российской Федерации «О радиационной безопасности населения» (действующая редакция)

6. Федеральный закон Российской Федерации «О санитарно – эпидемиологическом благополучии населения» (действующая редакция)

7. Федеральный закон Российской Федерации «О гражданской обороне» (действующая редакция)

8. Федеральный закон Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе» (действующая редакция)

9. Федеральный закон Российской Федерации «О статусе военнослужащих» (действующая редакция)

10. Федеральный закон Российской Федерации «Об альтернативной гражданской службе» (действующая редакция)

**Интернет-ресурсы:**

1. <https://www.mchs.gov.ru/> официальный сайт МЧС России

2. <https://24.mchs.gov.ru/> официальный сайт ГУ МЧС России по Красноярскому краю

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

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе практических занятий, контрольных работ по темам дисциплины, а также выполнения обучающимися нормативов по определению уровня физической подготовленности. Для отдельной группы обучающихся (по состоянию здоровья) предусмотрены такие формы, как: подготовка и защита рефератов, сообщений.

| Результаты обучения<br>(личностные, метапредметные, предметные)  | Формы и методы контроля и<br>оценки результатов обучения  |
|--|---|
| <p><b>личностные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- гражданское воспитание;</li> <li>- патриотическое воспитание;</li> <li>-духовно-нравственное воспитание;</li> <li>- эстетическое воспитание;</li> <li>- физическое воспитание;</li> <li>- трудовое воспитание;</li> <li>- экологическое воспитание.</li> </ul> <p><b>метапредметные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- познавательные универсальные учебные действия;</li> <li>- коммуникативные универсальные учебные действия;</li> <li>- регулятивные универсальные учебные действия.</li> </ul> <p><b>предметные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;</li> <li>- сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знание порядка действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте;</li> <li>- знание правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике;</li> <li>- знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;</li> </ul> | <p><b>Текущий контроль:</b></p> <p>Устный и письменный опрос<br/>Собеседование<br/>Фронтальная беседа<br/>Наблюдение<br/>Тестирование<br/>Практическая работа</p> <p><b>Промежуточная аттестация:</b> зачет с оценкой</p> |

- знания о способах безопасного поведения в природной среде, умение применять их на практике; знание порядка действий при чрезвычайных ситуациях природного характера;

- сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;

владение основами медицинских знаний: владение приёмами оказания первой помощи при неотложных состояниях;

- знание мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам;
- знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера; знания основ безопасного, конструктивного общения;
- умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;
- сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии;
- знания о способах безопасного поведения в цифровой среде, умение применять их на практике;
- умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;
- знание основ пожарной безопасности, умение применять их на практике для предупреждения пожаров;
- знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде;
- знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности; сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма;
- знание роли государства в противодействии терроризму; умение различать приёмы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им;

- |   |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>- знание порядка действий при объявлении разного уровня террористической опасности;</li><li>- знание порядка действий при угрозе совершения террористического акта, при совершении террористического акта, при проведении контртеррористической операции;</li><li>- сформированность представлений о роли России в современном мире, угрозах военного характера, роли вооружённых сил в обеспечении мира;</li><li>- знание основ обороны государства и военной службы, прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны;</li><li>- знание действия при сигналах гражданской обороны;</li><li>- знание основ государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера;</li><li>- знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области;</li><li>- знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;</li><li>- сформированность представлений о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности.</li></ul> |  |
|---|--|

Автономная некоммерческая организация высшего образования  
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

КОЛЛЕДЖ

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

по учебной дисциплине

**БД.08 Основы безопасности жизнедеятельности**

для специальности

43.02.16 Туризм и гостеприимство

Среднего профессионального образования

**(базовый уровень)**

Красноярск 2023

Фонд оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС) по специальности СПО 43.02.16 Право и организация социального обеспечения (**базовый уровень**) программы учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности

Разработчик Фонда оценочных средств — Абросимова Е.А.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ
3. КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
  - 3.1 Оценочные средства для проведения входного контроля
  - 3.2 Оценочные средств для проведения текущей аттестации
  - 3.3 Оценочные средств для проведения промежуточной аттестации
  - 3.4 Оценочные средств для проведения диагностического среза

## 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Фонд оценочных средств (далее ФОС) – комплект оценочных и методических материалов, нормирующих процедуру оценивания результатов обучения, т.е. установления соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям программ подготовки специалистов среднего звена.

ФОС предназначен для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, осваивающих программу учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

ФОС включает материалы для проведения текущего контроля, промежуточной аттестации и диагностического среза.

ФОС разработан на основании:

- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования;
- программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 43.02.16 Туризм и гостеприимство;
- рабочей программы учебной дисциплины.

## 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

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

### *личностных:*

- (ЛР 1) готовность к служению Отечеству, его защите;
- (ЛР 2) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- (ЛР 3) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- (ЛР 4) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- (ЛР 5) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

### *метапредметных:*

- (МР 1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- (МР 2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- (МР 3) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

### *предметных:*

- (ПР 1) сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- (ПР 2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

- (ПР 3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- (ПР 4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- (ПР 5) знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- (ПР 6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- (ПР 7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- (ПР 8) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- (ПР 9) умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- (ПР 10) знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- (ПР 11) знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- (ПР 12) владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

### 3. КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

#### 3.1 Оценочные средств для проведения входного контроля

##### Тестовое задание.

##### 1. Безопасность –

1. это состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз.
2. это наука о комфортном и безопасном взаимодействии человека со средой обитания.
3. совокупность процессов, протекающих в живом организме, служащих поддержанию в нем жизни и являющихся проявлением жизни.

##### 2. Что опасней?

1. Угроза
2. Риск
3. Здоровый образ жизни – это
1. Жизнь человека в обществе
2. Состояние полного физического, духовного и социального благополучия
3. Образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепления здоровья
4. Какой процент белков, жиров и углеводов (соответственно) должен присутствовать в ежедневном рационе подростка?

1. 30/20/50

2. 50/30/20

3. 40/30/20

##### 5. Гигиена – это

1. Комплекс мероприятий, выполняя которые вы сохраните и укрепите свое здоровье
2. Наука, изучающая условия, необходимые для сохранения здоровья
3. Наука о комфортном и безопасном взаимодействии человека со средой обитания
6. Сколько % калорий, от наших энергозатрат, тратится на переваривание пищи?

1. 10

2. 8-12

3. 5-8

##### 7. Личная гигиена –

1. Наука, изучающая условия, необходимые для сохранения здоровья
2. Комплекс правил, выполняя которые вы сохраните и укрепите свое здоровье
3. Наука о комфортном и безопасном взаимодействии человека со средой обитания

##### 8. Питание – это

1. Энергия, содержащаяся в еде, которую расходует человек
2. Совокупность процессов поступления в организм, переваривания, всасывания и усвоения веществ, необходимых для жизнедеятельности, роста и воспроизводства организма

##### 9. Проведите соответствие между опасными веществами в еде и продуктами их возможного содержания

А афлотоксин

1) мясо

Б нитраты

2) сухофрукты

В антибиотики

3) копченая рыба

Г гормоны

4) укроп

Д бензапирен

5) молоко

##### 10. Нормативы шума (dB) для жилых территорий день/ночь

1. 45/55

2. 55/45

3. 100/75

### 3.2 Оценочные средств для проведения текущей аттестации

Типовые задания для оценки личностных (ЛР 1 — ЛР 5), предметных (ПР 1 — ПР 12), метапредметных (МР 1 — МР 3) результатов.

**Тема 1.1 Здоровье и здоровый образ жизни.** (ЛР – 4, 5), (М – 1), (ПР – 1, 4)

Составьте таблицу

| витамины | Свойства витаминов | В каких продуктах содержатся |
|----------|--------------------|------------------------------|
| А        |                    |                              |
| В1       |                    |                              |
| В9       |                    |                              |
| В12      |                    |                              |
| Е        |                    |                              |
| Д        |                    |                              |
| РР       |                    |                              |
| С        |                    |                              |
| К        |                    |                              |

**Тема 1.2 Вредные привычки и их профилактика.** (ЛР – 4, 5), (М – 1,3), (ПР – 4,6)

Проработать Федеральный закон от 23.02.2013 №15 ФЗ (ред. от 30.12.2015) «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»

**Тема 2.1 Общая классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.** (ЛР – 3), (М – 1), (ПР – 5,7,8,9)

Составьте таблицу «Порядок действий населения во время стихийных бедствий».

| Стихийное бедствие | Характеристика стихийного бедствия | Действия населения |
|--------------------|------------------------------------|--------------------|
| Буря               |                                    |                    |
| Половодье          |                                    |                    |
| Землетрясение      |                                    |                    |

**Тема 2.2 Вынужденное автономное существование.** (ЛР – 3), (М – 1,3), (ПР – 8,9)

**Тестовое задание.**

**1. Выживание - это:**

- 1) условия проживания, когда исключена возможность использования технических и других достижений;
- 2) активная деятельность, направленная на сохранение жизни, здоровья и работоспособности в экстремальных условиях;
- 3) нахождение человека в определенных условиях изолированности, когда ограничена или исключена вероятность помощи.

**2. Выберите причины, приводящие к вынужденному автономному существованию в природных условиях:**

- 1) авария транспортного средства в незнакомой местности;
- 2) потеря ориентировки на местности;
- 3) утрата части продуктов питания;
- 4) потеря средств связи;
- 5) крупный лесной пожар.

**3. Какие из перечисленных предметов участник туристического похода должен взять с собой?**

- 1) сумки для переноски личных вещей;
- б) тетрадь для записей;

- 2) художественная книга;
- 3) куртка с капюшоном;
- 4) легкий головной убор;
- 5) полиэтиленовая накидка от дождя;
- 7) фляжка для питьевой воды;
- 8) складной нож;
- 9) запасная обувь;
- 10) рюкзак с широкими лямками

**4. Какое место лучше всего подходит для разведения костра:**

- 1) открытое, но защищенное от ветра и дождя;
- 2) на торфяных болотах;
- 3) рядом с сухими деревьями, где достаточно топлива;
- 4) вблизи воды;
- 5) зимой – под большими деревьями.

**5. По возможности в условиях вынужденного автономного существования надо употреблять горячую пищу, так, как она:**

- 1) Безопасна;
- 2) Лучше усваивается организмом
- 3) дольше переваривается;
- 4) вкусна.

**6. Какие из указанных ситуаций относятся к экстремальным?**

- 1) землетрясение;
- 2) буря;
- 3) метель;
- 4) потеря ориентировки на местности;
- 5) сильный снегопад;
- 6) авария на воздушном транспорте;
- 7) потеря группы на маршруте во время похода;
- 8) лесной пожар.

**7. В каком случае при аварии транспортного средства люди должны остаться на месте и ожидать помощи?**

- 1) происшествие произошло на незнакомой местности;
- 2) сообщение о месте аварии передано в службу спасения;
- 3) на месте происшествия бушует лесной пожар;
- 4) во время аварии несколько человек получили сильные повреждения и не могут самостоятельно передвигаться;
- 5) местность труднопроходимая (лес, овраги, болота);
- 6) связи со службой спасения нет.

**8. Укажите тот способ ориентирования, который позволяет лишь приблизительно определить расположение сторон горизонта.**

- 1) ориентирование по компасу
- 2) ориентирование по небесным светилам
- 3. ориентирование по растениям и животным.

**9. Какие факторы следует учитывать при строительстве укрытия в условиях вынужденного автономного существования?**

- 1) наличие дождя и других осадков
- 2) температура воздуха
- 3) погода (пасмурная или солнечная)
- 4) наличие насекомых
- 5) наличие материалов для строительства
- 6) количество и физическое состояние попавших в беду людей
- 7) наличие вблизи естественных укрытий (пещера, расщелина, и др.)
- 8) продолжительность предполагаемой стоянки.

**10. Какой способ обеззараживания воды в полевых условиях является наиболее простым и надежным?**

- 1) фильтрация через ткань
- 2) фильтрация через песок
- 3) кипячение
- 4) фильтрация через древесный уголь, песок и траву.

**Задание. Подготовьте сообщение.**

Приведите примеры (из жизни, книг или фильмов) оживания людей в природной среде.

**Тема 2.2 Чрезвычайные ситуации техногенного характера.** (ЛР – 2, 3), (М – 1,3), (ПР – 5,7,8,9)

**Практическая работа.** Составить алгоритм действий.

Методы оказания первой помощи при отравлении препаратами бытовой химии.

## Устный опрос.

Рассмотреть классификацию бытовых химических препаратов, действие опасных веществ и препаратов бытовой химии на организм человека, правила безопасного их использования.

## Тестовое задание

ЧС природного и техногенного характера

### 1. Если землетрясение застало человека дома, то ему необходимо:

- 1) срочно покинуть здание, используя лифт
- 2) быстро выйти на балкон
- 3) подойти к окну и посмотреть, что происходит на улице
- 4) укрыться в безопасном месте

### 2. Если ураган обрушился внезапно, при нахождении в здании необходимо:

- 1) быстро покинуть здание
- 2) подойти к окну и оценить обстановку
- 3) отойти подальше от окна

### 3. Какие из перечисленных мероприятий надо выполнить при пожаре в здании?

- 1) сообщить в пожарную охрану
- 2) покинуть здание используя лифт
- 3) двигаться в сторону, противоположную пожару
- 4) покинуть здание через незадымленный выход
- 5) покинуть здание, прыгнув с балкона или из окна любого этажа.

### 4. Укажите последовательность выполнения мероприятий при оповещении об аварии на радиационно опасном объекте

- 1) включить радио (ТВ) и прослушать сообщение
- 2) выключить газ, электричество, воду, погасить огонь и печи
- 3) вынести скоропортящиеся продукты и мусор
- 4) надеть средства индивидуальной защиты
- 5) освободить от продуктов холодильник
- 6) проследовать на сборный эвакуационный пункт
- 7) взять необходимые вещи, документы, продукты питания.

### 5. Как называются любые отклонения от обычного, нормального хода событий?

- 1) паранормальная ситуация
- 2) Чрезвычайные ситуации
- 3) экстремальные ситуации

### 6. Как подразделяются чрезвычайные ситуации по характеру источника?

- 1) на природные и техногенные
- 2) на эколого-эргономические
- 3) на сельскохозяйственные
- 4) на военные

### 7. Что необходимо предпринять человеку, если на нем загорелась одежда?

- 1) следует тушить одежду руками
- 2) следует приложить к горящему месту плотную ткань
- 3) следует снять горящую одежду и сбить пламя
- 4) следует лечь на землю и, перекатываясь, сбить пламя.

### 8. Укажите последовательность выполнения действий при выходе из зоны заражения аврийно химически опасными веществами

- 1) прополоскать рот
- 2) тщательно промыть глаза
- 3) снять верхнюю одежду
- 4) принять душ с мылом

### 9. Как необходимо покинуть горящее помещение

- 1) бегом
- 2) спокойным шагом
- 3) накрыв голову мокрым одеялом или верхней одеждой
- 4) дыша через увлажненную ткань

### 10. Какие подручные средства защиты необходимо использовать в случае передвижения по открытой радиационно-зараженной местности

- 1) следует прикрыть рот и нос
- 2) следует воспользоваться косметическими средствами
- 3) следует прикрыть кожу и волосистой покров любыми предметами одежды
- 4) следует обязательно надеть резиновые сапоги.

Ответы: 1 – 2, 2- 3, 3- 1,3,4, 4 – 1,4,2,5,7,3,6, 5 – 2, 6 – 1, 7 – 2,4, 8 – 3,2,1,4, 9 – 3,4, 10 – 1,3,4

### **Тема 2.3 Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. (ЛР – 2, 3), (М – 1,3), (ПР – 5,7,8,9)**

#### **Самостоятельная работа.**

Разработка памятки «Пожарная безопасность», «Если вдруг произошел взрыв», «Вас завалило обломками».

#### **Тестовые задания.**

**1.** причиной пожара в жилых зданиях может стать ...

##### **Варианты ответа:**

- а) отсутствие первичных средств пожаротушения;
- б) неисправность внутренних пожарных кранов;
- в) неосторожное обращение с пиротехническими изделиями;
- г) отсутствие воды.

**2.** последовательность действий при пожаре:

##### **Варианты ответа:**

- а) позвонить на работу родным, сообщить о пожаре, открыть окно для проветривания дыма, позвать кого-нибудь на помощь;
- б) попытаться потушить огонь, используя первичные средства пожаротушения, открыть окно для удаления дыма, позвонить в пожарную охрану и сообщить о пожаре;
- в) немедленно позвонить в пожарную охрану и сообщить о пожаре, оповестить соседей и позвать на помощь, попытаться потушить пожар, используя первичные средства пожаротушения, применить средства защиты органов дыхания;
- г) позвать на помощь, если никого нет, немедленно покинуть помещение, плотно закрыв за собой дверь, позвонить в службу 01.

**3.** ситуация: во время просмотра телепередачи в комнате загорелся телевизор.

##### **Варианты ответа:**

- а) взять ведро с водой и залить пламя, если телевизор взорвался и пожар усилился, открыть окно и попытаться сбить пламя или сообщить о возгорании в пожарную охрану;
- б) открыть окно, чтобы проветрить, позвонить родителям и сообщить о пожаре, покинуть помещение;
- в) обесточить телевизор, накрыть его плотной тканью, если пожар усилился, покинуть помещение, закрыв двери и окна, и сообщив о возгорании в пожарную охрану;
- г) сообщить о возгорании в пожарную охрану, если пожар усилился, покинуть помещение, открыв двери и окна для проветривания.

**4.** Для приведения огнетушителя ОП (порошкового) в действие, необходимо...

##### **Варианты ответа:**

- а) поднести огнетушитель к очагу пожара, прочистить спрыск (отверстие), поднять рукоятку до отказа на 180 градусов, перевернуть вверх дном, встряхнуть и направить струю на очаг загорания;
- б) нажать на рычаг, взяться за раструб рукой, направить на пламя и придерживать до прекращения горения;
- в) поднести огнетушитель к очагу пожара, перевернуть вверх дном, не трогая рукоятку, встряхнуть и направить струю на очаг загорания;
- г) сорвать пломбу, выдернуть чеку, взять шланг, подождать несколько секунд, нажать на рычаг, направить струю (раструб) на край пламени.

### **Тема 2.5 Государственная система обеспечения безопасности населения. (ЛР – 2, 3), (М – 1,3), (ПР – 2,5,7,8,9)**

**Составить таблицу «Режимы функционирования РСЧС» на примере паводковой ситуации.**

| Повседневной деятельности | Повышенной готовности | чрезвычайной |
|---------------------------|-----------------------|--------------|
|                           |                       |              |
|                           |                       |              |

### Тестовое задание

**1. На каком уровне осуществляют управление гражданской обороной региональные центры МЧС России?**

- А) федеральный  
 Б) межрегиональный  
 В) региональный  
 Г) муниципальный  
 Д) объектовый

**2. Выберите из приведенных ниже задач те, которые являются основными в области гражданской обороны**

- А) обучение населения области гражданской обороне  
 Б) эвакуация населения, материальных и культурных ценностей в безопасные районы.  
 В) проведение аварийно-спасательных работ только при ведении военных действий  
 Г) предоставление населению убежищ и средств индивидуальной защиты

**3. Каким основным способом осуществляется оповещение населения о чрезвычайных ситуациях в мирное время и условиях войны**

- А) передачей информации по телефонной сети  
 Б) передачей информации от человека к человеку  
 В) речевой информацией с использованием государственных сетей проводного телевизионного вещания

**4. Что предшествует подаче речевой информации?**

- А) усиление громкости вещания  
 Б) выступление президента  
 В) предупредительный световой сигнал  
 Г) предупредительный сигнал «Внимание всем!» путем включения сирен, производственных гудков и других сигнальных средств.

**5. Что необходимо сделать человеку, услышавшему сигнал «Внимание всем!»**

- А) следует выключить телевизор из сети  
 Б) следует сразу же выйти на улицу  
 В) следует немедленно включить телевизор и слушать сообщения местных органов власти

**Тема 3.1 История создания Вооруженных Сил Российской Федерации.** (ЛР –1, 2, 3), (М – 1,2,3), (ПР – 2,10,11)

**Подготовить сообщение.** Приведите исторические примеры воинского долга, храбрости и героизма воинов Вооруженных Сил России.

**Тема 3.3. Прохождение военной службы по контракту, альтернативная гражданская служба.** (ЛР –1, 2, 3), (М – 1,2,3), (ПР – 2,10,11)

**Подготовить сообщение.** Напишите права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

**Тема 3.5 Боевые традиции, ритуалы Вооруженных Сил России.** (ЛР –1, 2, 3), (М – 1,2,3), (ПР – 2,10,11)

**Подготовить презентацию** на тему «Символы воинской чести». Охарактеризовать символы воинской чести, показать их актуальность в настоящее время.

**Тема 4.2 Травмы и их виды.** (ЛР –4,5), (М – 2,3), (ПР – 9,12)

**Подготовить сообщение.** Напишите правила оказания первой помощи при повреждении электротоком и попадании молнии. Составить алгоритм действий.

**Тема 4.3 Понятие и виды кровотечений.** (ЛР –4,5), (М – 2,3), (ПР – 9,12)

**Тестовое задание.**



Ответ оценивается отметкой «5», если студент раскрыл содержание материала в объеме, предусмотренном программой; изложил материал грамотным языком в определенной логической последовательности, точно используя терминологию данного предмета как учебной дисциплины; продемонстрировал усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость используемых при ответе умений и навыков; отвечал самостоятельно без наводящих вопросов преподавателя. Возможны одна – две неточности при освещении второстепенных вопросов или в выкладках, которые студент легко исправил по замечанию преподавателя.

Ответ оценивается отметкой «4», если ответ удовлетворяет в основном требованиям на отметку «5», но при этом имеет один из недостатков: допущены один-два недочета при освещении основного содержания ответа, исправленные по замечанию преподавателя; допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов или в выкладках, легко исправленные по замечанию преподавателя.

Отметка «3» ставится в следующих случаях: неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения программного материала определенные настоящей программой.

Отметка «2» ставится в следующих случаях: не раскрыто основное содержание учебного материала; обнаружено незнание или неполное понимание учеником большей или наиболее важной части учебного материала; допущены ошибки в определении понятий, при использовании специальной терминологии, в рисунках, схемах, в выкладках, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов преподавателя.

#### **Критерии оценки тестовых заданий:**

Оценка «5» - 90 – 100 % , 36-40 верных ответов

Оценка «4» - 80 – 90 % , 32-36 верных ответов

Оценка «3» - 70-80 % , 36-28 верных ответов

Оценка «2» - менее 70 % , менее 28 верных ответов

#### **Критерии оценки заполнения таблиц:**

Оценка «5» - таблица заполнена верно и в полном объеме.

Оценка «4» - таблица заполнена с недочётами.

Оценка «3» - допущены ошибки при заполнении таблицы.

Оценка «2» - более чем половина таблицы заполнена неверно

### **3.3 Оценочные средств для проведения промежуточной аттестации**

Формой аттестации по дисциплине является дифференцированный зачет (1 семестр)

Дифференцированный зачет предназначен для контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» по специальности: 40.02.01 Право и организация социального обеспечения

При выставлении оценки за дифференцированный зачет учитывается готовность к овладению профессиональными компетенциями, ориентированными на подготовку студента к освоению профессиональных модулей программы подготовки специалистов среднего звена.

#### **Тестирование.**

##### **1 вариант**

##### **1. Если землетрясение застало человека дома, то ему необходимо:**

А) срочно покинуть здание, используя лифт

Б) быстро выйти на балкон

В) подойти к окну и посмотреть, что происходит на улице

Г) укрыться в безопасном месте

##### **2. Если ураган обрушился внезапно, при нахождении в здании необходимо:**

А) быстро покинуть здание

В) отойти подальше от окна

Б) подойти к окну и оценить обстановку

**3. Как называются любые отклонения от обычного, нормального хода событий?**

А) паранормальная ситуация

Б) Чрезвычайные ситуации

В) экстремальные ситуации

**4. Что необходимо предпринять человеку, если на нем загорелась одежда?**

А) следует тушить одежду руками

Б) следует приложить к горящему месту плотную ткань

В) следует снять горящую одежду и сбить пламя

Г) следует лечь на землю и, перекатываясь, сбить пламя.

**5. Какие подручные средства защиты необходимо использовать в случае передвижения по открытой радиационно-зараженной местности**

А) следует прикрыть рот и нос

Б) следует воспользоваться косметическими средствами

В) следует прикрыть кожу и волосистой покров любыми предметами одежды

Г) следует обязательно надеть резиновые сапоги.

**6. Выживание - это:**

А) условия проживания, когда исключена возможность использования технических и других достижений;

Б) активная деятельность, направленная на сохранение жизни, здоровья и работоспособности в экстремальных условиях;

В) нахождение человека в определенных условиях изолированности, когда ограничена или исключена вероятность помощи.

**7. Какое место лучше всего подходит для разведения костра:**

А) открытое, но защищенное от ветра и дождя; Г) вблизи воды;

Б) на торфяных болотах;

Д) зимой – под большими деревьями.

В) рядом с сухими деревьями, где достаточно топлива;

**8. Укажите тот способ ориентирования, который позволяет лишь приблизительно определить расположение сторон горизонта.**

А) ориентирование по компасу В) ориентирование по растениям и животным.

Б) ориентирование по небесным светилам

**9. Каким законом определены права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций?**

А) Законом Российской Федерации «О безопасности»

Б) Федеральным законом «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»

В) Федеральным законом «О гражданской обороне»

Г) Федеральным законом «О радиационной безопасности населения»

**10. В каком году была создана Гражданская оборона СССР?**

А) в 1932

Б) в 1961

В) в 1924

Г) в 1941

**11. Расположите в порядке возрастания уровни управления Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)**

А) межрегиональный

Г) объектовый

Б) муниципальный

Д) территориальный

В) федеральный

**12. Кто осуществляет руководство гражданской обороной в РФ?**

А) Президент Российской Федерации

Б) Федеральное Собрание Российской Федерации

В) Совет Безопасности Российской Федерации

Г) Правительство Российской Федерации

Д) МЧС России

**13. Каким основным способом осуществляется оповещение населения о чрезвычайных ситуациях в мирное время и условиях войны**

А) передачей информации по телефонной сети

Б) передачей информации от человека к человеку

В) речевой информацией с использованием государственных сетей проводного телевизионного вещания

**14. Что необходимо сделать человеку, услышавшему сигнал «Внимание всем!»**

А) следует выключить телевизор из сети

Б) следует сразу же выйти на улицу

В) следует немедленно включить телевизор и слушать сообщения местных органов власти

**15. Световое излучение-это**

А) поток невидимых нейтронов;

Б) поток лучистой энергии, состоящей из ультрафиолетовых, видимых и инфракрасных лучей;

В) световой поток продуктов горения, изменяющий состав атмосферного воздуха.

**16. Наибольшую опасность радиоактивные вещества представляют:**

А) через сутки после выпадения;

Б) через несколько часов после выпадения;

В) в первые часы после выпадения.

**17. Какой из поражающих факторов приводит к большинству разрушений и повреждений зданий?**

А) световое излучение;

В) ударная волна;

Б) проникающая радиация;

Г) радиоактивное загрязнение.

**18. Что такое дегазация?**

А) термическая обработка поверхностей

Б) удаление сильнодействующих ядовитых и отравляющих веществ с поверхности таким образом, чтобы зараженность снизилась до допустимой нормы или исчезла совсем.

В) попытка снижения дозы ионизирующего излучения

Г) уничтожение сильнодействующих ядовитых и отравляющих веществ.

**19. К какой группе боевых токсичных химических веществ по токсическому назначению относится зарин?**

А) смертельный

Б) временно выводящий из строя

В) раздражающий

**20. Какие средства защиты относят к коллективным?**

А) общевоинские защитные комплекты;

Г) легкие защитные костюмы;

Б) убежища;

Д) укрытия простейшего типа.

В) противогазы;

**21. Кровоостанавливающий жгут накладывают:**

А) выше раны, отступив от нее 3-5 см.

Б) непосредственно на рану, прикрыв ее куском марли или бинта

В) ниже раны, отступив от нее 3-5 см

**22. Перед наложением повязки на рану одежду с пострадавшего сначала снимают:**

А) с любой стороны

Б) со здоровой стороны

В) с травмированной стороны.

**23. Признаками вывиха обычно являются:**

А) изменение формы сустава

Б) бугристые образования на позвоночнике

В) необычное положение конечности, изменение ее длины

Г) боль в суставе, невозможность движения в нем

Д) сонливость

**24. Укажите последовательность оказания первой помощи при ушибе**

А) ограничить подвижность пораженного участка

Б) приложить холодный компресс (двойной полиэтиленовый пакет со льдом, снегом или холодной)

В) наложить тугую повязку

**25. При оказании медицинской помощи пострадавшему от теплового удара следует:**

А) дать пострадавшему успокоительное средство

Б) вынести пострадавшего на свежий воздух, в прохладное место

В) приложить к голове пострадавшего холодный компресс

Г) поить пострадавшего горячим чаем или кофе

- Д) поить пострадавшего холодным чаем или подсоленной водой  
 Е) вызвать «скорую помощь»  
 Ж) обеспечить пострадавшему постельный режим.

**Критерии оценки тестовых заданий:**

- Оценка «5» - 90 – 100 % ответов  
 Оценка «4» - 80 – 90 %, ответов  
 Оценка «3» - 70-80 %, ответов  
 Оценка «2» - менее 70 % , ответов

3.4 Оценочные средств для проведения диагностического среза

| Вопрос с вариантами ответа  | Проверяемый результат                           |
|---|---|
| <p><b>1. Выживание - это:</b><br/>           А) Условия проживания, когда исключена возможность использования технических и других достижений;<br/>           Б) активная деятельность, направленная на сохранение жизни, здоровья и работоспособности в экстремальных условиях;<br/>           В) нахождение человека в определенных условиях изолированности, когда ограничена или исключена вероятность помощи.</p>  | <p>ЛР 2,3, МР 3,<br/>           ПР 8,9</p>      |
| <p><b>2. Что необходимо предпринять человеку, если на нем загорелась одежда?</b><br/>           А) следует тушить одежду руками<br/>           Б) следует приложить к горящему месту плотную ткань<br/>           В) следует снять горящую одежду и сбить пламя<br/>           Г) следует лечь на землю и, перекатываясь, сбить пламя.</p>  | <p>ЛР 2,3, МР 3,<br/>           ПР 7,9</p>      |
| <p><b>3. Каким законом определены права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций?</b><br/>           А) Законом Российской Федерации «О безопасности»<br/>           Б) Федеральным законом «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»<br/>           В) Федеральным законом «О гражданской обороне»<br/>           Г) Федеральным законом «О радиационной безопасности населения»</p> | <p>ЛР 2, МР 3,<br/>           ПР 1,2</p>        |
| <p><b>4. Световое излучение-это</b><br/>           А) поток невидимых нейтронов;<br/>           Б) поток лучистой энергии, состоящей из ультрафиолетовых, видимых и инфракрасных лучей;<br/>           В) световой поток продуктов горения, изменяющий состав атмосферного воздуха.</p>   | <p>ЛР 2,3, МР 3,<br/>           ПР 5,7,8,10</p> |
| <p><b>5. Что такое дегазация?</b><br/>           А) термическая обработка поверхностей<br/>           Б) удаление сильнодействующих ядовитых и отравляющих веществ с поверхности таким образом, чтобы зараженность снизилась до допустимой нормы или исчезла совсем.<br/>           В) попытка снижения дозы ионизирующего излучения<br/>           Г) уничтожение сильнодействующих ядовитых и отравляющих веществ.</p>  | <p>ЛР 2,3, МР 3,<br/>           ПР 5,7,8</p>    |

