




Федеральное агентство морского и речного транспорта
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Государственный университет морского и речного флота
имени адмирала С.О. Макарова»**
Котласский филиал ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени адмирала С.О. Макарова»



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
БУП. 06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«общеобразовательная подготовка»
(1 курс, технологический профиль)


СОГЛАСОВАНА
Заместитель директора по учебно-
методической работе филиала


_____ Н.Е. Гладышева
28 мая 20 21

УТВЕРЖДЕНА
Директор филиала


_____ О.В. Шергина
28 05 20 21


ОДОБРЕНА
на заседании цикловой комиссии
общепрофессиональных и механических
дисциплин

Протокол от 26.05.2021 № 9
Председатель  С.Ю. Низовцева

РАЗРАБОТЧИК:

Низовцева Светлана Юрьевна — преподаватель КРУ Котласского филиала ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени адмирала С.О. Макарова»

Рабочая программа разработана с учетом требований ФГОС среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «17» мая 2012 № 413 с изменениями и дополнениями, ФГОС среднего профессионального образования и профиля профессионального образования

СОДЕРЖАНИЕ

стр.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	17
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	18

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «БУП.06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

1.1. Место учебного предмета в структуре основной образовательной программы:

Учебный предмет БУП.06 Основы безопасности жизнедеятельности входит в состав предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС СОО и изучается в общеобразовательном цикле (**0.00 Общеобразовательный цикл**) учебного плана при реализации образовательной программы среднего общего образования в пределах освоения ООП СПО на базе основного общего образования.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения учебного предмета:

Освоение содержания учебного предмета БУП.06 Основы безопасности жизнедеятельности обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

• **личностных:**

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

• **метапредметных:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;
- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике;

- принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• **предметных:**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

Достижение обучающимися вышеперечисленных результатов способствует формированию общих компетенций (ОК 01 – ОК 11), определенных ФГОС СПО:

ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно
--------	--

	к различным контекстам
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения
ОК 07.	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
ОК 09.	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности
ОК 10.	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках
ОК 11.	Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере

Освоение содержания учебного предмета обеспечивает достижение обучающимися следующих личностных результатов программы воспитания:

Личностные результаты реализации программы воспитания	
Код	Формулировка
ЛР 9	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях
ЛР 10	Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой

Согласно требованиям ФГОС СОО к результатам освоения обучающимися образовательной программы, обучающиеся должны освоить универсальные учебные действия (далее – УУД): регулятивные, познавательные, коммуникативные.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебного предмета	56
в том числе:	
теоретическое обучение	44
практические занятия	8

индивидуальное проектирование	4
Промежуточная аттестация - дифференцированный зачет	

2.2. Тематический план и содержание учебного предмета БУП.06 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование тем/разделов	Содержание учебного материала и формы организации учебной деятельности обучающихся	Объем в часах	Компетенции и УУД, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Введение	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Актуальность изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи учебного предмета. Основные теоретические положения учебного предмета, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность».</p> <p>Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности – современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО.</p>	2	ОК 01 – ОК 11 Регулятивные Познавательные Коммуникативные
Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.</p> <p>1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.</p> <p>1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.</p> <p>1.4. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.</p>	10	ОК 01 – ОК 11, ЛР 9 Регулятивные Познавательные Коммуникативные

	<p>Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.</p> <p>1.5. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.</p> <p>1.6. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.</p> <p>1.7. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».</p>		
	<p>Практические занятия: <i>Практическое занятие № 1.</i> Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.</p>	2	ОК 01 – ОК 11 Регулятивные Познавательные Коммуникативные
<p>Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Фазы развития чрезвычайных ситуаций</p> <p>2.2. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).</p> <p>2.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</p> <p>2.4. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.</p> <p>2.5. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по</p>	10	ОК 01 – ОК 11, ЛР 10 Познавательные Коммуникативные
		8	

	<p>защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.</p> <p>2.6. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны.</p> <p>Правила поведения в защитных сооружениях.</p> <p>2.7. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.</p> <p>2.8. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.</p> <p>2.9. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.</p> <p>2.10 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.</p>		
	<p>Практические занятия: <i>Практическое занятие № 2.</i> Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.</p>	2	ОК 01 – ОК 11 Регулятивные Познавательные Коммуникативные

	Изучение первичных средств пожаротушения. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.		
Тема 3. Основы обороны государства и воинская обязанность	Содержание учебного материала	18	ОК 01 – ОК 11, ЛР 10 Познавательные Коммуникативные
	3.1. История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.	16	
	3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Воздушно-космические силы: история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси, Национальная гвардия. Их состав и предназначение.		
	3.3. Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.		
3.4. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку			

	<p>несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.</p> <p>3.5. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.</p> <p>3.6. Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.</p> <p>3.7. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.</p> <p>3.8. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий – защитник своего Отечества. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.</p> <p>Тема 3.9. Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие – принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности</p>		
--	--	--	--

	<p>военнослужащих. Военная дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.</p> <p>Тема 3.10. Как стать офицером Российской армии. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.</p> <p>Тема 3.11. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Воинский долг – обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России – дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота.</p> <p>Тема 3.12. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.</p>		
	<p>Практические занятия: <i>Практическое занятие № 3.</i> Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции. Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.</p>	2	ОК 01 – ОК 11 Регулятивные Познавательные Коммуникативные
Тема 4. Основы	Содержание учебного материала	12	ОК 01 – ОК 11
	Тема 4.1. Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая	10	Регулятивные

медицинских знаний	помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».		Познавательные Коммуникативные
	Тема 4.2. Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.		
	Тема 4.3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.		
	Тема 4.4. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.		
	Тема 4.5. Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.		
	Тема 4.6. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.		
	Тема 4.7. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.		
	Тема 4.8. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.		
	Тема 4.9. Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.		
	Тема 4.10. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.		

	<p>Тема 4.11. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.</p>		
	<p>Тема 4.12. Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.</p>		
	<p>Практические занятия: <i>Практическое занятие № 4.</i> Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания. Дифференцированный зачет.</p>	2	ОК 01 – ОК 05, ОК 08, ОК 10 Регулятивные Познавательные Коммуникативные
	<p>Тематика индивидуального проектирования:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Эволюция среды обитания, переход к техносфере. 2. Взаимодействие человека и среды обитания. 3. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества. 4. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе. 5. Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья. 6. Факторы, способствующие укреплению здоровья. 7. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы. 8. Роль физической культуры в сохранении здоровья. 9. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества. 10. Алкоголь и его влияние на здоровье человека. 11. Табакокурение и его влияние на здоровье. 12. Наркотики и их пагубное воздействие на организм. 13. Компьютерные игры и их влияние на организм человека. 14. Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. 15. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. 16. Терроризм как основная социальная опасность современности. 17. Космические опасности: мифы и реальность. 18. Современные средства поражения и их поражающие факторы. 	4	

19. Оповещение и информирование населения об опасности. 20. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения. 21. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности. 22. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. 23. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации. 24. Символы воинской чести. 25. Патриотизм и верность воинскому долгу. 26. Дни воинской славы России. 27. Города-герои Российской Федерации. 28. Города воинской славы Российской Федерации.		
Всего:	56	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

3.1. Для реализации программы учебного предмета предусмотрены следующие специальные помещения:

Наименование кабинета	Оснащение кабинета
<p>Кабинет №148 «Безопасность жизнедеятельности. Безопасность жизнедеятельности и охрана труда. Охрана труда. Общеобразовательные дисциплины»</p>	<p>Комплект учебной мебели (столы, стулья, доска); компьютер в сборе (системный блок (Intel Celeron 2,6 GHz, 1 Gb), монитор Samsung 740N ЖК, клавиатура, мышь) – 1 шт., локальная компьютерная сеть. Комплект стендов по охране труда. Макет автомат Калашникова, робот-тренажёр «Максим», противогаз ГП-7, образцы средств первой медицинской помощи, носилки</p> <p>Лицензионное программное обеспечение: Microsoft Windows XP Professional (контракт №323/08 от 22.12.2008 г. ИП Кабаков Е.Л.); Kaspersky Endpoint Security (контракт №311/2015 от 14.12.2015); Libre Office (текстовый редактор Writer, редактор таблиц Calc, редактор презентаций Impress и прочее) (распространяется свободно, лицензия GNU LGPL v3+, The Document Foundation); PDF-XChange Viewer (распространяется бесплатно, Freeware, лицензия EULA V1-7.x., Tracker Software Products Ltd); AIMP (распространяется бесплатно, Freeware для домашнего и коммерческого использования, Artem Izmaylov); XnView (распространяется бесплатно, Freeware для частного некоммерческого или образовательного использования, XnSoft); Media Player Classic - Home Cinema (распространяется свободно, лицензия GNU GPL, MPC-HC Team); Mozilla Firefox (распространяется свободно, лицензия Mozilla Public License и GNU GPL, Mozilla Corporation); 7-zip (распространяется свободно, лицензия GNU LGPL, правообладатель Igor Pavlov)); Adobe Flash Player (распространяется свободно, лицензия ADOBE PCSLA, правообладатель Adobe Systems Inc.).</p>
<p>Кабинет №242 Спортивный зал (36x18 м.)</p>	<p>Площадки для игровых видов спорта (строевой подготовки)</p>

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Наименование издания	Автор	Вид издания (учебник, учебное пособие, методические указания, практикум и т.п., ссылка на информационный	Реквизиты издания/доступ к информационному ресурсу

		ресурс)	
Основная литература			
Основы безопасности жизнедеятельности 10-11 класс	Ким С.В., Горский В.А.	Учебник	М.: Вентана-Граф, 2019. -400с.
Основы безопасности жизнедеятельности	Хван Т.А.	Учебное пособие [электронный ресурс]	Ростов-на-Дону: Изд-во «Феникс», 2014 – 243 с: ил., табл., схемы Режим доступа: Университетская библиотека online
Основы безопасности жизнедеятельности на водном транспорте	Баранов Е.Ф., Новиков В.Н., Сазанов В.Г.	Учебное пособие [электронный ресурс]	М.: Альтаир – ИГАВТ, 2014 – 416 с: ил. Режим доступа: Университетская библиотека online
Безопасность жизнедеятельности	Под ред. Вишнякова Я.Д.	Учебник	М.: Издательство ЮРАЙТ, 2015.-543с.
Дополнительная литература			
Безопасность жизнедеятельности	Арустамов, Э.А., Косолапова, Н.В.	Учебник [Электронный ресурс]	М.: ИЦА, 2015.-176с. Режим доступа: (ЭБС Академия)
ОБЖ. Основы безопасности жизни:		Ежемесячный научно-методический и информационный журнал	ЗАО Издательство Русский журнал»
Военно-исторический журнал:		Ежемесячный журнал Министерства обороны РФ.	ФГКУ «Редакционно-издательский центр» Мин. обороны РФ
Интернет-ресурсы			
<ol style="list-style-type: none"> 1. www.mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ). 2. www.mvd.ru (сайт МВД РФ). 3. www.mil.ru (сайт Минобороны). 4. www.fsb.ru (сайт ФСБ РФ). 5. http://sdo.gumrf.ru/course/view.php?id=196 (Учебный электронный курс Основ безопасности жизнедеятельности в СДО «ФАРВАТЕР»). 6. http://mityaevi.ucoz.ru/index/osnovy_bezopasnosti_zhiznedejatelnosti/0-5 (Персональный сайт преподавателя-организатора ОБЖ Митяева И.И. «ОБЖ в ПРУ»). 			

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<p>• личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз; - готовность к служению Отечеству, его защите; - формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности; - исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.); - воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности; - освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; <p>• метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; - обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; - выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека; - овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в 	<ul style="list-style-type: none"> - демонстрирует сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также в средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора; - получил знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз; - демонстрирует сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; - демонстрирует сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности; - освоил знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; - освоил знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека; - демонстрирует развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; - демонстрирует формирование умения предвидеть 	<p>Текущий контроль:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение и оценка выполнения; - фронтальный опрос; - тестовые задания по соответствующим темам; - письменная проверка; - индивидуальное проектирование и его защита. <p>Промежуточная аттестация:</p> <p>дифференцированный зачет</p>

<p>обеспечении личной безопасности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; - приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий; - развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение; - формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций; - формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников; - развитие умения применять полученные теоретические знания на практике; - принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей; - формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и 	<p>возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;</p> <ul style="list-style-type: none"> - демонстрирует развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; - демонстрирует получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки; - демонстрирует освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе; - владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике 	
---	--	--

<p>возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях; - освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; - приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации; - формирование установки на здоровый образ жизни; - развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; <p>• предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора; - получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз; 		
--	--	--

<p>– сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;</p> <p>– сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;</p> <p>– освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;</p> <p>– освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;</p> <p>– развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</p> <p>– формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;</p> <p>– развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>– получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских</p>		
---	--	--

<p>ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;</p> <p>– освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</p> <p>– владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике</p>		
--	--	--




Федеральное агентство морского и речного транспорта
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Государственный университет морского и речного флота
имени адмирала С.О. Макарова»**
Котласский филиал ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени адмирала С.О. Макарова»

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ
БУП.06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«общеобразовательная подготовка»
(1 курс, технический профиль)

СОГЛАСОВАНА
Заместитель директора по учебно-
методической работе филиала



_____ Н.Е. Гладышева
28 _____ 20 21

УТВЕРЖДЕНА
Директор филиала


_____ О.В. Шергина
28 _____ 20 21



ОДОБРЕНА
на заседании цикловой комиссии
общепрофессиональных и механических
дисциплин

Протокол от 26.05.2021 № 9
Председатель  _____ С.Ю. Низовцева

РАЗРАБОТЧИК:

Низовцева Светлана Юрьевна — преподаватель КРУ Котласского филиала ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени адмирала С.О. Макарова»

Фонд оценочных средств разработан на основе требований ФГОС СПО среднего общего образования, рабочей программой учебного предмета

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ	27
2. КОДИФИКАТОР ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ	29
3. СИСТЕМА ОЦЕНКИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО КАЖДОМУ ОЦЕНОЧНОМУ СРЕДСТВУ	29
4. БАНК КОМПЕТЕНТНОСТНО-ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ОЦЕНКИ УСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	32

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Фонд оценочных средств (далее - **ФОС**) предназначен для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших рабочую программу учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». ФОС включает компетентностно-оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

1.1. Результаты освоения учебного предмета, подлежащие проверке

Результаты обучения
<p>личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> – развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз; – готовность к служению Отечеству, его защите; – формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности; – исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.); – воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности; – освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
<p>метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> – овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; – обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; – выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека; – овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности; – формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; – приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий; – развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение; – формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций; – формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников; – развитие умения применять полученные теоретические знания на практике; – принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей; – формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

предметные:

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

Достижение обучающимися вышеперечисленных результатов способствует формированию общих компетенций (ОК 01 – ОК 11), определенных ФГОС СПО:

ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное

	развитие;
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения
ОК 07.	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
ОК 09.	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности
ОК 10.	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках
ОК 11.	Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере

Освоение содержания учебного предмета обеспечивает достижение обучающимися следующих личностных результатов программы воспитания:

Личностные результаты реализации программы воспитания	
Код	Формулировка
ЛР 9	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях
ЛР 10	Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой

2. КОДИФИКАТОР ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Функциональный признак оценочного средства (тип контрольного задания)	Метод/форма контроля
Собеседование	Устный опрос, дифференцированный зачет
Задания для самостоятельной работы	Письменный опрос
Практические задания	Практические занятия
Тест, тестовое задание	Тестирование
Проект	Индивидуальное проектное задание

3. СИСТЕМА ОЦЕНКИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО КАЖДОМУ ОЦЕНОЧНОМУ СРЕДСТВУ

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица).

Процент результативности	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
--------------------------	---

(правильных ответов)	балл (отметка)	вербальный аналог
90 - 100	5	отлично
80 - 89	4	хорошо
70 - 79	3	удовлетворительно
менее 70	2	неудовлетворительно

Критерии оценки ответов в ходе устного опроса

Оценивается правильность ответа обучающегося на один из приведённых вопросов. При этом выставляются следующие оценки:

«Отлично» выставляется при соблюдении обучающимся следующих условий:

- полно раскрыл содержание материала в объёме, предусмотренном программой, содержанием лекции и учебником;
- изложил материал грамотным языком в определенной логической последовательности, точно используя специализированную терминологию и символику;
- показал умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации при выполнении практического задания;
- продемонстрировал усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость используемых при ответе умений и навыков;
- отвечал самостоятельно без наводящих вопросов преподавателя.

Примечание: для получения отметки «отлично» возможны одна-две неточности при освещении второстепенных вопросов или в выкладках, которые обучающийся легко исправил по замечанию преподавателя.

«Хорошо» - ответ обучающегося в основном удовлетворяет требованиям на оценку «отлично», но при этом имеет один из недостатков:

- в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие логического и информационного содержания ответа;
- допущены один-два недочёта при освещении основного содержания ответа, исправленные по замечанию преподавателя;
- допущены ошибка или более двух недочётов при освещении второстепенных вопросов или в выкладках, легко исправленные по замечанию преподавателя.

«Удовлетворительно» выставляется при соблюдении следующих условий:

- неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения программного материала, имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии и выкладках, исправленные после нескольких наводящих вопросов преподавателя;
- обучающийся не справился с применением теории в новой ситуации при выполнении практического задания, но выполнил задания обязательного уровня сложности по данной теме;
- при знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность основных умений и навыков.

«Неудовлетворительно» выставляется при соблюдении следующих условий:

- не раскрыто основное содержание учебного материала;
- обнаружено незнание или непонимание обучающимся большей или наиболее важной части учебного материала;
- допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии и иных выкладках, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов преподавателя;
- обучающийся обнаружил полное незнание и непонимание изучаемого учебного материала или не смог ответить ни на один из поставленных вопросов по изучаемому материалу.

Критерии оценки выполненного практические задания (письменный контроль)

Оценка 5 ставится за работу, выполненную полностью без ошибок и недочётов.

Оценка 4 ставится за работу, выполненную полностью, но при наличии в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочёта, не более трёх недочётов.

Оценка 3 ставится, если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочётов, не более одной грубой и одной не грубой ошибки, не более трёх негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трёх недочётов, при наличии четырёх-пяти недочётов.

Оценка 2 ставится, если число ошибок и недочётов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Оценка 1 ставится, если обучающийся совсем не выполнил ни одного задания.

Критерии оценки выполненного тестового задания

Результат аттестационного педагогического измерения по учебному предмету Основы безопасности жизнедеятельности для каждого обучающегося представляет собой сумму зачтенных тестовых заданий по всему тесту. Зачтенное тестовое задание соответствует одному баллу.

Критерием освоения учебного предмета для обучающегося является количество правильно выполненных заданий теста не менее 70 %.

Для оценки результатов тестирования предусмотрена следующая система оценивания образовательных достижений обучающихся:

- за каждый правильный ответ ставится 1 балл;
- за неправильный ответ - 0 баллов.

Тестовые оценки можно соотнести с общепринятой пятибалльной системой. Оценивание осуществляется по следующей схеме:

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений	
	балл (отметка)	вербальный аналог
90 - 100	5	отлично
80 - 89	4	хорошо
70 - 79	3	удовлетворительно
менее 70	2	неудовлетворительно

Критерии оценки защиты индивидуального проектного задания

№ п/п	Показатели	Критерии
1	Качество доклада	1- доклад зачитывается 2- доклад пересказывается, не объяснена суть работы 3- доклад рассказывается, суть работы объяснена 4 - кроме хорошего доклада владение иллюстрационного материала 5- доклад производит очень хорошее отношение
2	Качество ответов на вопросы	1- нет четкости ответов на большинство вопросов 2- ответы на большинство вопросов 3- ответы на все вопросы даны убедительно, аргументировано
3	Использование демонстрационного материала	1- представленный демонстрационный материал не используется в докладе 2- представленный демонстрационный материал используется в докладе

		3- представленный демонстрационный материал используется в докладе, информативен, автор свободно в нем ориентируется
4	Оформление демонстрационного материала	1- представлен плохо оформленный демонстрационный материал 2- демонстрационный материал хорошо оформлен, но есть отдельные недочеты 3- к демонстрационному материалу не претензий

Защита оценивается на «отлично» - 14 баллов.

Защита оценивается на «хорошо» - 10 - 13 балла.

Защита оценивается на «удовлетворительно» - 6 -9 баллов.

Защита оценивается на «неудовлетворительно» – 5 и менее баллов.

Критерии оценки в ходе дифференцированного зачета

Ответ оценивается на «отлично», если обучающийся исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно излагает материал по вопросам билета, не затрудняется с ответом при видоизменении задания.

Ответ оценивается на «хорошо», если обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу его излагает, не допускает существенных неточностей при ответах.

Ответ оценивается на «удовлетворительно», если обучающийся освоил только основной материал, однако не знает отдельных деталей, допускает неточности и некорректные формулировки, нарушает последовательность в изложении материала.

Ответ оценивается на «неудовлетворительно», если обучающийся не раскрыл основное содержание материала, допускает существенные ошибки.

4. БАНК КОМПЕТЕНТНОСТНО-ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ОЦЕНКИ УСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

4.1 Текущий контроль

4.1.1. ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

Комплект оценочных заданий №1 по Теме 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (Аудиторная самостоятельная работа).

Название: Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей.

Цель:

- познакомиться с основными положениями организации рационального питания;
- изучить методы его оценки;
- изучить основные модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей;
- воспитать чувство взаимовыручки, товарищества.

Порядок выполнения:

1. Изучить учебный материал по теме.
2. Проанализировать представленные ситуации по темам, подготовить ответы на вопросы.

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

Представленная ситуация: Необходимо питаться 1-2 раза в день большими дозами, не вставать из-за стола с чувством голода. Необходимо использовать вредные продукты и стимуляторы (горчица, майонез, кетчуп, уксус, перец и др.)

Ответить на вопросы для закрепления материала:

1. Как влияет питание человека на его организм?
2. Что такое рациональное питание?

Тема: Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей.

Представленная ситуация: Соблюдение правил дорожного движения необходимо лишь в присутствии работников ГИБДД. При управлении транспортным средством можно употреблять спиртные напитки. Транспортное средство может иметь неисправность.

Ответить на вопросы для закрепления материала:

1. Расскажите об основных правилах поведения пешехода на дороге
2. Как вести себя, оказавшись свидетелем или участником ДТП?

Комплект оценочных заданий №2 по Теме 2. Государственная система обеспечения безопасности населения (Аудиторная самостоятельная работа).

Название: Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. Изучение первичных средств пожаротушения. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.

Цель:

- познакомиться с экстремальными факторами выживания;
- изучить ответные реакции организма;
- изучить основные правила поведения в условиях вынужденной автономии;
- воспитать чувство взаимовыручки, товарищества.

Порядок выполнения:

1. Изучить учебный материал по теме.
2. Подготовить ответы на вопросы.

Тема: Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Контрольные вопросы закрепления материала:

3. Что такое движение по азимуту?
4. Как ориентироваться с помощью звезд?

Тема: Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

Контрольные вопросы закрепления материала:

1. Какие места считаются особенно опасными в метро?
2. Что запрещается на случай аварии в общественном транспорте?
3. Составить образец инструктажа безопасного поведения на железнодорожном, речном, морском и авиационном транспорте.
4. Как следует себя вести в случае вынужденной посадки самолета?

Тема: Изучение первичных средств пожаротушения.

Контрольные вопросы закрепления материала:

1. Перечислить типы огнетушителей?
2. Назначение, состав и принцип запуска воздушно-пенного огнетушителя.
3. Назначение, устройство, принцип запуска и особенности эксплуатации углекислотного огнетушителя.
4. Назначение, устройство и порядок применения пожарного крана.
5. Назначение, устройство и порядок применения кошмы.

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

Контрольные вопросы закрепления материала:

1. СИЗ это?
2. СИЗОД это?
3. Перечислите СИЗОД.
4. Перечислите СИЗ кожи.
5. Перечислите медицинские средства защиты?
6. Назовите порядок изготовления ВМП.

Комплект оценочных заданий №3 по Теме 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (Аудиторная самостоятельная работа).

Название: Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции. Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.

Цель:

- изучить способы бесконфликтного общения и саморегуляции, особенности службы в армии, освоение методик проведения строевой подготовки.

Порядок выполнения:

1. Изучить учебный материал по теме.
2. Подготовить ответы на вопросы.

Тема: Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.

Контрольные вопросы закрепления материала:

1. Дать определение понятию «конфликт».
2. Виды конфликтов.
3. Причины конфликта.
4. Перечислить основные проявления конфликтного поведения
5. Способы решения конфликтной ситуации.

Тема: Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.

Оценка выставляется по результатам выполнения строевых приемов.

Комплект оценочных заданий №4 по Теме 4. Основы медицинских знаний (Аудиторная самостоятельная работа).

Название: Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.

Цель:

- изучить основные приемы оказания первой помощи при кровотечениях, освоение основных способов искусственного дыхания.

Порядок выполнения:

1. Изучить учебный материал по теме.
2. Подготовить ответы на вопросы.

Тема: Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.

Контрольные вопросы закрепления материала:

1. Дать определение понятию «рана».
2. Перечислить виды ран?
3. Чем отличается венозное и капиллярное кровотечения?
4. Особенности наложения жгута при капиллярном кровотечении.

Тема: Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.

Контрольные вопросы закрепления материала:

1. Дать определение понятию «состояние клинической смерти».
2. Особенности оказания первой медицинской помощи при утоплении.
3. Особенности оказания первой медицинской помощи при выполнении реанимационных мероприятий.

4.1.2. УСТНЫЙ ОПРОС

Устный опрос №1 по Теме Введение (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Дать определение термину «биосфера».
2	Сформулировать физический смысл значение понятия «культура безопасности жизнедеятельности».
3	Дать определение термину «безопасность».

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Дать определение термину «опасность».
2	Дать определение понятию «риск».
3	В чём должна проявляться «культура безопасности жизнедеятельности»?

Устный опрос №2 по Теме 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (1.1) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Дать определение понятию «здоровье».
2	Перечислить основные правила организации суточного режима.
3	Перечислить профилактические мероприятия энтеробиоза.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Назвать критерии по которым оценивается состояние здоровья.
2	Дать определение понятию «личная гигиена».
3	Раскрыть смысл понятия «энтеробиоз».

Устный опрос №3 по Теме 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (1.2) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Факторы, способствующие укреплению здоровья.
2	Двигательная активность и закаливание организма.
3	Режим дня, труда и отдыха.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Рациональное питание и его значение для здоровья.
2	Формы закаливания и его значение для здоровья человека.
3	Правила личной гигиены и здоровье человека.

Устный опрос №4 по Теме 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (1.3) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.
2	Техносфера как источник негативных факторов.
3	Дать определение понятию «окружающая среда».

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Основные источники загрязнения окружающей среды.

2	Дать определение понятию «техносфера».
3	Профилактика загрязнения окружающей среды.

Устный опрос №5 по Теме 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (1.4) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Курение и его влияние на состояние здоровья.
2	Какое влияние на кровь оказывает алкоголь?
3	Табачный дым и его составные части.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Пассивное курение и его влияние на здоровье.
2	Социальные последствия пристрастия к наркотикам.
3	Какое влияние оказывает на печень употребление человеком алкоголь?

Устный опрос №6 по Теме 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (1.5) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Перечислить обязанности пешехода.
2	Обязанности пассажира.
3	Особенности пересечения проезжей части дороги.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Перечислить обязанности велосипедиста.
2	Порядок передвижения пешеходов по проезжей части дороги.
3	Пересечение регулируемого перекрёстка.

Устный опрос №7 по Теме 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (1.6) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	В чём заключается социальная роль женщины в современном обществе?
2	Дать определение понятию «репродуктивное здоровье».
3	Здоровый образ жизни и его составляющие.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Факторы, влияющие на репродуктивное здоровье граждан.
2	Перечислить элементы здорового образа жизни, влияющие на репродуктивное здоровье.
3	Дать определение понятию «здоровый образ жизни».

Устный опрос №8 по Теме 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (1.7) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Правовые основы взаимоотношения полов.
2	Особенности заключения семейного брака в Российской Федерации.
3	Права родителей.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Основные функции семьи.
2	Обязанности родителей.
3	Конвенция ООН «О правах ребенка».

Устный опрос №9 по Теме 2. Государственная система обеспечения безопасности населения (2.1) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Общие понятия чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
2	Дать квалификацию чрезвычайным ситуациям по масштабам распространения, материальному ущербу и количеству пострадавших.
3	Привести примеры техногенных чрезвычайных ситуаций.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
2	Перечислить виды чрезвычайных ситуаций природного характера.
3	Дать определение понятию «техногенных чрезвычайных ситуаций».

Устный опрос №10 по Теме 2. Государственная система обеспечения безопасности населения (2.2) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Дать определение понятию «чрезвычайная ситуация».
2	Перечислить чрезвычайные ситуации природного характера.
3	Правила поведения в защитном сооружении.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Перечислить фазы развития чрезвычайной ситуации?
2	Правила поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения.
3	Что запрещается делать в защитном сооружении?

Устный опрос №11 по Теме 2. Государственная система обеспечения безопасности населения (2.3) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Перечислить основные задачи РСЧС.
2	Состав РСЧС.
3	Состав каждого уровня РСЧС.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Перечислить уровни РСЧС
2	Перечислить органы управления системы РСЧС.
3	Что возложено на МЧС?

Устный опрос №12 по Теме 2. Государственная система обеспечения безопасности населения (2.4) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Дать определение понятию «гражданская оборона».
2	Перечислить функции правительства РФ в области ГО.
3	Перечислить принципы организации ГО.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Дать определение понятию «территория, отнесенная к группе по гражданской обороне».
2	Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.
3	Кто руководит ГО?

Устный опрос №13 по Теме 2. Государственная система обеспечения безопасности населения (2.5) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Что предусматривает оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий?
2	Действия граждан по сигналу «Внимание всем!»
3	Порядок действия граждан при получении сигнала об угрозе радиоактивного заражения в случае отсутствия защитных сооружений.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Какой способ оповещения населения о ЧС является основным?
2	Порядок подачи сигнала «Внимание всем!».
3	Что необходимо делать, услышав предупреждение об угрозе радиоактивного заражения?

Устный опрос №14 по Теме 2. Государственная система обеспечения безопасности населения (2.6) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Дать определение понятию «инженерная защита».
2	Перечислить поражающих факторы от которых защищают убежища.
3	Правила поведения в защитных сооружениях.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Виды защитных сооружений.
2	Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны.
3	Состав защитных сооружений.

Устный опрос №15 по Теме 2. Государственная система обеспечения безопасности населения(2.7) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Дать определение понятию «аварийно-спасательные работы».
2	Виды аварийно-спасательных работ.
3	В чём заключается санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
-------	----------------------

1	Чем характеризуются аварийно-спасательные работы?
2	Что включают в себя аварийно-спасательные работы?
3	Перечислить основные принципы деятельности аварийно-спасательных служб, аварийно-спасательных формирований и спасателей.

Устный опрос №16 по Теме 2. Государственная система обеспечения безопасности населения (2.8) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Перечислить основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.
2	С какой целью проводится прогноз и мониторинг чрезвычайных ситуаций?
3	Правила поведения при эвакуации из здания в случае чрезвычайной ситуации.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Перечислить сигналы оповещения граждан в случае наступления чрезвычайной ситуации.
2	Перечислить основные ведомства Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.
3	Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.

Устный опрос №17 по Теме 2. Государственная система обеспечения безопасности населения (2.9) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Дать определение термину «терроризм».
2	Правила поведения при условии захвата в заложники.
3	Перечислить основные принципы борьбы с терроризмом.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	На что направлен терроризм?
2	Перечислить состав участников теракта.
3	Правила поведения при обнаружении подозрительного предмета.

Устный опрос №18 по Теме 2. Государственная система обеспечения безопасности населения (2.10) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Основные задачи.
2	Служба скорой медицинской помощи. Основные задачи.
3	Перечислить основные нормативно-правовые акты в области защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и

	собственности граждан от противоправных посягательств. Основные задачи.
2	Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Основные задачи.
3	Перечислить основные нормативно-правовые акты в области защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

Устный опрос №19 по теме 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (3.1) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Кто составлял основу вооруженных сил Московского государства XVI века?
2	Особенности развития армии Петровских времён.
3	Перечислить особенности развития ВС СССР периода с 1917 по 1960-у годы.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Расписать, какую роль в структуре вооруженных сил Московского государства XVI века занимали стрельцы?
2	Охарактеризовать реформы вооруженных сил России осуществляемые под руководством военного министра Дмитрия Алексеевича Милютина
3	Перечислить виды ВС СССР перед развалом Советского Союза.

Устный опрос №20 по Теме 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (3.2) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Перечислить виды Вооруженных Сил Российской Федерации и их предназначение.
2	Сухопутные войска: предназначение, структура.
3	Воздушно-космические силы: предназначение, структура.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Перечислить рода Вооруженных Сил Российской Федерации и их предназначение.
2	Военно-морской флот: предназначение, структура.
3	Перечислить другие войска, их состав и предназначение.

Устный опрос №21 по Теме 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (3.30) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Что предусматривает воинская обязанность?
2	Что такое военное положение?
3	Сведения содержащиеся в документах воинского учета на каждого военнообязанного.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Что такое мобилизация?

2	Перечислить категории граждан, которые не обязаны состоять на воинском учете.
3	Обязанности граждан по воинскому учету

Устный опрос №22 по Теме 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (3.4)
(Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Что предусматривает обязательная подготовка гражданина к военной службе?
2	Что предусматривает добровольная подготовка гражданина к военной службе?
3	Перечислить категории годности к военной службе.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Расписать периоды обязательной подготовки гражданина к военной службе.
2	На какие классы подразделяются воинские специальности и должности, комплектуемые солдатами, матросами, сержантами и старшинами?
3	Перечислить военно-прикладные виды спорта.

Устный опрос №23 по Теме 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (3.5)
(Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Общие обязанности военнослужащих.
2	Специальные обязанности военнослужащих.
3	Распределение времени воинской части.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Должностные обязанности военнослужащих.
2	Особенности размещения военнослужащих.
3	Повседневный порядок жизни воинской части.

Устный опрос №24 по Теме 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (3.6)
(Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Основные условия прохождения военной службы по контракту.
2	Сроки военной службы по контракту.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту.
2	Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

Устный опрос №25 по Теме 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (3.7)
(Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
-------	----------------------

1	Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы.
2	Сроки прохождения альтернативной гражданской службы.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.
2	Особенности прохождения альтернативной гражданской службы.

Устный опрос №26 по Теме 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (3.8) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Дать определение понятию «патриотизм».
2	Перечислить основные качества личности военнослужащего.
3	Дать определение учебно-боевой подготовки.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Дать определение понятию «воинская честь и достоинство».
2	Перечислить личностные качества военнослужащего, которые имеют значение для него в процессе воинской деятельности.
3	Дать определение служебно-боевой деятельности. Что входит в СБД.

Устный опрос №27 по Теме 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (3.9) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Перечислить общие обязанности солдата(матроса).
2	Перечислить обязанности часового.
3	Перечислить виды ответственности военнослужащих.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Перечислить обязанности дневального по роте.
2	Распределение времени в воинской части.
3	За что военнослужащие несут дисциплинарную, административную, гражданско-правовую, материальную и уголовную ответственности.

Устный опрос №28 по Теме 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (3.10) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования.
2	Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.
3	Правила поступления в военные образовательные учреждения.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования.
2	Воинская дисциплина, ее сущность и значение.
3	Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов,

	проходящих военную службу по призыву.
--	---------------------------------------

Устный опрос №29 по теме 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (3.11) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Сформулировать определение понятию «патриотизм».
2	Перечислить дни воинской славы России.
3	Сформулировать определение понятию «дружба».

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Сформулировать определение понятию «воинский долг».
2	Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.
3	Сформулировать определение понятию «товарищество».

Устный опрос №30 по Теме 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (3.12) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Ритуал приведения к военной присяге.
2	Вручение личному составу вооружения и военной техники.
3	Сформулировать определение понятию «Боевое знамя воинской части».

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Ритуал вручения боевого знамени воинской части.
2	Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку.
3	Перечислить ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе

Устный опрос №31 по Теме 4. Основы медицинских знаний (4.1) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Сформулировать определение понятию «первая медицинская помощь».
2	Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.
3	Принципы оказания первой медицинской помощи.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Что является временем оказания первой медицинской помощи?
2	Общие правила оказания первой помощи.
3	Алгоритм оказания первой медицинской помощи.

Устный опрос №32 по Теме 4. Основы медицинских знаний (4.2) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Правила первой помощи при ранениях.
2	Первая помощь при переломах.
3	Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
-------	----------------------

1	Первая помощь при травмах различных областей тела.
2	Правила наложения повязок различных типов.
3	Первая помощь при ожогах.

Устный опрос №33 по Теме 4. Основы медицинских знаний (4.3) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.
2	Местные и общие признаки травматического токсикоза.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Понятие травматического токсикоза.
2	Основные периоды развития травматического токсикоза.

Устный опрос №34 по Теме 4. Основы медицинских знаний (4.4) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Первая помощь при капиллярном кровотечении.
2	Правила наложения жгута и закрутки.
3	Смешанное кровотечение.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Первая помощь при артериальном кровотечении.
2	Первая помощь при венозном кровотечении.
3	Основные признаки внутреннего кровотечения.

Устный опрос №35 по Теме 4. Основы медицинских знаний (4.5) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Понятие, основные виды и степени ожогов.
2	Первая помощь при химических ожогах.
3	Основные признаки теплового удара.
4	Предупреждение развития перегревов.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Первая помощь при термических ожогах.
2	Первая помощь при воздействии высоких температур.
3	Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.
4	Последствия воздействия высоких температур на организм человека.

Устный опрос №36 по Теме 4. Основы медицинских знаний (4.6) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Последствия воздействия низких температур на организм человека.
2	Что категорически нельзя делать при отморожении.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Основные степени отморожений.
2	Первая медицинская помощь при отморожении.

Устный опрос №37 по Теме 4. Основы медицинских знаний (4.7) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Состав органов дыхания.
2	Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Назначение органов дыхания.
2	Первая медицинская помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.

Устный опрос №38 по Теме 4. Основы медицинских знаний (4.8) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Острое отравление.
2	Сформулировать понятие термина «отравление».

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Хроническое отравление.
2	Последствия отравления.

Устный опрос №39 по Теме 4. Основы медицинских знаний (4.9) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Признаки обморока.
2	Основные причины остановки сердца.
3	Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца).
2	Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти.
3	Алгоритм проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.

Устный опрос №40 по Теме 4. Основы медицинских знаний (4.10) (Аудиторная работа).

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Пути передачи возбудителей инфекционных болезней.
2	Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний.
2	Ранние половые связи и их последствия для здоровья.

Устный опрос №41 по Теме 4. Основы медицинских знаний (4.11.- 4.12) (Аудиторная работа).

Основы медицинских знаний для девушек.

Вариант №1

№ п/п	Наименование вопроса
1	Основные средства планирования семьи.
2	Беременность и гигиена беременности.
3	Понятие патронажа, виды патронажей.

Вариант №2

№ п/п	Наименование вопроса
1	Факторы, влияющие на здоровье ребенка.
2	Признаки и сроки беременности.
3	Особенности питания и образа жизни беременной женщины.

4.1.3. ПИСЬМЕННАЯ ПРОВЕРКА

Письменная проверка №1 по Теме 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (1.4) (Аудиторная самостоятельная работа).

Письменная проверочная работа по теме: Факторы разрушающие здоровье. Табакокурение и его влияние на организм человека.

Вариант №1		Вариант №2	
№	Наименование вопроса	№	Наименование вопроса
1	Дать определение понятию «Табакокурение».	1	Перечислить способы и методы манипуляции гражданами с целью приобщения их к табакокурению.
2	Перечислить стадии развития табакокурения.	2	Раскрыть содержание начальной стадии развития никотиновой зависимости?
3	Перечислить компоненты табачного дыма, которые являются наиболее опасными для организма человека.	3	Какой способ профилактики табакокурения является наиболее эффективным?

Письменная проверка №2 по Теме 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (1.4) (Аудиторная самостоятельная работа).

Письменная проверочная работа по теме: Факторы разрушающие здоровье. Алкоголь и его влияние на организм человека.

Вариант №1		Вариант №2	
№	Наименование вопроса	№	Наименование вопроса
1	Дать определение понятию «Алкоголь».	1	Дать определение понятию «Алкоголизм».
2	Перечислить стадии развития алкоголизма.	2	Какие последствия злоупотребления алкоголем наступают для здоровья человека?
3	Какие последствия злоупотребления алкоголем наступают для социального положения человека?	3	Раскрыть содержание начальной стадии алкоголизма

Письменная проверка №3 по Теме 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (1.4) (Аудиторная самостоятельная работа).

Письменная проверочная работа по теме: Факторы разрушающие здоровье. Наркомания.

№	Вариант №1 Наименование вопроса	№	Вариант №2 Наименование вопроса
1	Дать определение понятию «Наркомания».	1	Перечислить стадии развития табакокурения.
2	Как проявляется действие наркотиков на физическое состояние человека?	2	Как проявляется действие наркотиков на психическую деятельность человека?
3	Раскрыть содержание начальной стадии наркомании	3	Раскрыть содержание стадии формирования зависимости от наркотиков.

Письменная проверка №4 по Теме 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (1.5) (Аудиторная самостоятельная работа).

**Письменная проверочная работа по теме:
Правила дорожного движения.**

№ п/ п	Вариант №1 Наименование вопроса	№ п/ п	Вариант №2 Наименование вопроса
1	Обязанности пешехода	1	Обязанности велосипедиста
2	Порядок передвижение по автодороге в колонну по 5.	2	Порядок пересечение пешеходом автодороги в дали от регулируемого перекрёстка
3	Порядок перевозки не габаритных грузов велосипедистами.	3	Особенности поведения пешехода при переходе через проезжую часть дороги.

Письменная проверка №5 по Теме 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (1.5) (Аудиторная самостоятельная работа)

**Письменная проверочная работа по теме:
Правила дорожного движения.**

№ п/п	Вариант №1 Наименование вопроса	№ п/п	Вариант №2 Наименование вопроса
1	Обязанности пешехода	1	Обязанности велосипедиста
2	Порядок передвижение по автодороге в колонну по 5.	2	Порядок пересечение пешеходом автодороги вдали от регулируемого перекрёстка
3	Порядок перевозки не габаритных грузов велосипедистами.	3	Особенности поведения пешехода при переходе через проезжую часть дороги.

работа).

Письменная проверка №6 по Теме 2. Государственная система обеспечения безопасности населения (2.2) (Аудиторная самостоятельная работа).

**1.Письменная проверочная работа по теме:
Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.**

№ п/п	Вариант №1 Наименование вопроса	№ п/п	Вариант №2 Наименование вопроса
1	Дать определение понятию «чрезвычайная ситуация».	1	Перечислить природные ЧС.
2	Какой минимальный набор предметов первой необходимости предусматривается на случай эвакуации?	2	Перечислить классификацию ЧС по Постановлению правительства № 304 от 2007 г.
3	Перечислить техногенные ЧС	3	Перечислить фазы развития ЧС?

Письменная проверка №7 по Теме 2. Государственная система обеспечения безопасности населения (2.9) (Аудиторная самостоятельная работа).

Письменная проверочная работа по теме:
Терроризм-угроза национальной безопасности.

№ п/п	Вариант №1 Наименование вопроса	№ п/п	Вариант №2 Наименование вопроса
1	Дать определение понятию «терроризм.»	1	Перечислить личные качества, способствующие противодействию терроризму.
2	Признаки возможности терактов.	2	Алгоритм действия при обнаружении неизвестного предмета
3	Способы вовлечения в террорист. Деятельность.	3	Алгоритм действия в случае захвата в заложники

Письменная проверка №8 по Теме 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (3.1) (Аудиторная самостоятельная работа).

Письменная проверочная работа по теме: История развития Вооруженных Сил России. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

№	Вариант №1 Наименование вопроса	№	Вариант №2 Наименование вопроса
1	Кто составлял основу вооруженных сил Московского государства XVI века?	1	Расписать, какую роль в структуре вооруженных сил Московского государства XVI века занимали стрельцы?
2	Особенности развития армии Петровских времён.	2	Охарактеризовать реформы вооруженных сил России осуществляемые под руководством военного министра Дмитрия Алексеевича Милютина
3	Перечислить особенности развития ВС СССР периода с 1917 по 1960-у годы.	3	Перечислить виды ВС СССР перед развалом Советского Союза .



Письменная проверка №9-10 по Теме 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (3.2 -3.3) (Аудиторная самостоятельная

1.Письменная проверочная работа по теме:

Виды и рода Вооруженных Сил Российской Федерации.

№	Вариант №1 Наименование вопроса	№	Вариант №2 Наименование вопроса
1	Предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	Структурная схема ВМФ РФ.
2	Структурная схема современных ВС России.	2	Что входит в состав военного округа?
3	Перечислить состав современных Сухопутных войск ВС РФ.	3	Дать определение понятию «войсковая часть» .

работа).

Письменная проверочная работа по теме: Воинская обязанность и её составляющие.

№ п/п	Вариант №1 Наименование вопроса	№ п/п	Вариант №2 Наименование вопроса
1	Что составляет правовую основу воинской обязанности?	1	Что предусматривает воинская обязанность?
2	Особенности воинской обязанности.	2	Перечислить категории граждан не подлежащие призыву на военную службу.
3	Перечислить категории граждан подлежащих призыву в ВС РФ.	3	Перечислить категории граждан освобождённых от призыва .

Письменная проверка №11 по Теме 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (3.8-3.12) (Аудиторная самостоятельная работа).

Письменная проверочная работа по теме:

Патриотизм-верность воинскому долгу. Ритуалы в Вооруженных Силах РФ

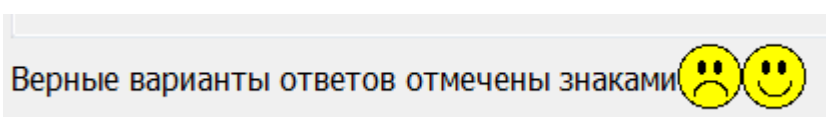
№ п/п	Вариант №1 Наименование вопроса	№ п/п	Вариант №2 Наименование вопроса
1	Сформулировать определение понятию «патриотизм»	1	Сформулировать определение понятию «совесть»
2	Перечислить дни воинской славы в честь крупных сражений в годы Великой отечественной войны 1941-1945г.г.	2	Перечислить дни воинской славы в честь крупных морских сражений российского флота.
3	Сформулировать определение понятию «воинский ритуал».	3	Перечислить ритуалы в Вооруженных Силах РФ.

4.1.4. ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

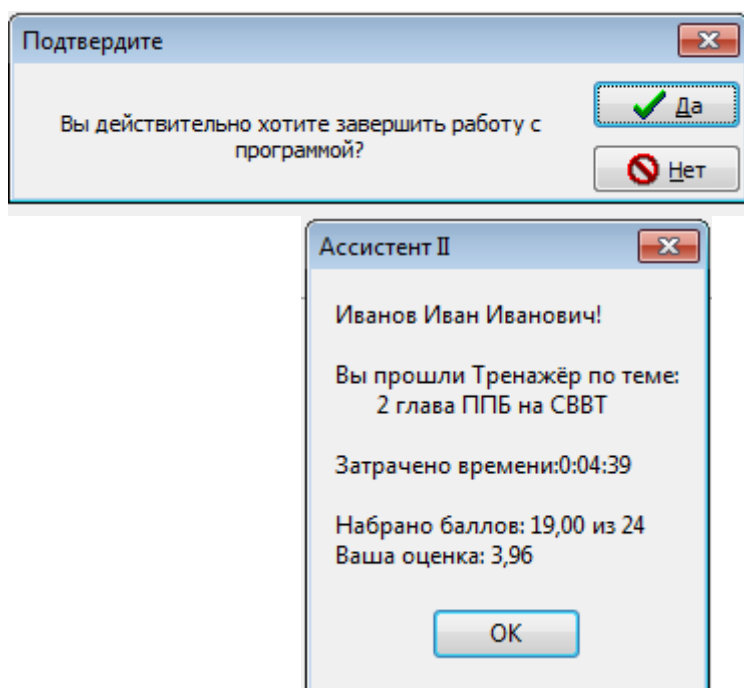
Комплект оценочных заданий №1 по Теме 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (Аудиторная самостоятельная работа).

1. Спецификация Банка тестовых заданий по разделу Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.
 2. Содержание Банка тестовых заданий
- Инструкция: выбери правильный ответ.

Для проверки текущих знаний по теме №1 необходимо использовать программу Assist- 2.



По окончании решения теста сама программа формирует итоговую оценку.



Тест:

?

Что такое алкоголизм?

+...хроническое заболевание, обусловленное систематическим, частым и неумеренным употреблением спиртных напитков.

-...болезнь, характеризующаяся непреодолимым влечением к наркотикам, вызывающим в малых дозах эйфорию, в больших - оглушение, наркотический сон, смерть.

-...заболевание, вызываемое вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ), характеризующееся поражением иммунной (защитной) системы организма и последующим развитием инфекционных и опухолевых процессов, часто со смертельным исходом.

?

Что соответствует начальной (доалкогольной) стадии развития алкоголя?

+ Человек начинает употреблять спиртные напитки чаще смышного, но стойкая тяга к алкоголю у него еще не закрепились.

- Человек уже достаточно сильно пристрастился к спиртному, но у него есть еще возможность остановиться

- Употребление алкогольных напитков для человека становится потребностью, которая может стать необратимой

- Неспособность человека контролировать свои действия и поступки: частые и продолжительные запои: тяжелое опьянение с потерей сознания, а иногда и с остановкой дыхания

?

Что соответствует угрожающей (пороговой) стадии развития алкоголя?

- Человек начинает употреблять спиртные напитки чаще смышного, но стойкая тяга к алкоголю у него еще не закрепились.

+ Человек уже достаточно сильно пристрастился к спиртному, но у него есть еще возможность остановиться

- Употребление алкогольных напитков для человека становится потребностью, которая может стать необратимой

- Неспособность человека контролировать свои действия и поступки: частые и продолжительные запои: тяжелое опьянение с потерей сознания, а иногда и с остановкой дыхания

?

Что соответствует критической стадии развития алкоголя?

- Человек начинает употреблять спиртные напитки чаще смышного, но стойкая тяга к алкоголю у него еще не закрепились.

- Человек уже достаточно сильно пристрастился к спиртному, но у него есть еще возможность остановиться

+ Употребление алкогольных напитков для человека становится потребностью, которая может стать необратимой

- Неспособность человека контролировать свои действия и поступки: частые и продолжительные запои: тяжелое опьянение с потерей сознания, а иногда и с остановкой дыхания

?

Что соответствует хронической (полный алкоголизм) стадии развития алкоголя?

- Человек начинает употреблять спиртные напитки чаще смышного, но стойкая тяга к алкоголю у него еще не закрепились.

- Человек уже достаточно сильно пристрастился к спиртному, но у него есть еще возможность остановиться

- Употребление алкогольных напитков для человека становится потребностью, которая может стать необратимой

+ Неспособность человека контролировать свои действия и поступки: частые и продолжительные запои: тяжелое опьянение с потерей сознания, а иногда и с остановкой дыхания

?

Какие последствия для человека в случае злоупотребления им алкоголя относятся являются социальными?

-разрушение нервной системы, нарушение деятельности сердечно-сосудистой системы, расстройство работы органов пищеварения, снижение сопротивляемости организма многим

инфекционным и простудным заболеваниям.

+снижение эффективности труда, утрата профессиональных навыков, утрата нравственных регуляторов поведения (совесть, долг, достоинство, ответственность, тактичность), безответственные действия, приводящие к травмам и несчастным случаям в быту, на транспорте и производстве.

?

Что такое наркомания?

-...хроническое заболевание, обусловленное систематическим, частым и неумеренным употреблением спиртных напитков.

+...болезнь, характеризующаяся непреодолимым влечением к наркотикам, вызывающим в малых дозах эйфорию, в больших - оглушение, наркотический сон, смерть.

-...заболевание, вызываемое вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ), характеризующееся поражением иммунной (защитной) системы организма и последующим развитием инфекционных и опухолевых процессов, часто со смертельным исходом.

?

К какой стадии формирования наркотической зависимости находится человек, если наркотики уже не приносят удовольствия, а употребляются для приведения организма в норму, возникают проблемы со здоровьем, теряется контроль над поведением?

-Начальная

-Осознанное привыкание

+Формирования зависимости

-Завершения формирования зависимости

?

К какой стадии формирования наркотической зависимости находится человек, если имеется желание просто попробовать наркотик, стремление убежать от трудностей, потребность сделать жизнь более интересной?

+Начальная

-Осознанное привыкание

-Формирования зависимости

-Завершения формирования зависимости

?

К какой стадии формирования наркотической зависимости находится человек, если существует планирование приема наркотиков, наркотики становятся необходимым атрибутом отдыха?

-Начальная

+Осознанное привыкание

-Формирования зависимости

-Завершения формирования зависимости

?

К какой стадии формирования наркотической зависимости находится человек, если уже существует постоянная потребность в наркотиках, большинство наркоманов, дошедших до этой стадии, погибают от передозировки?

-Начальная

-Осознанное привыкание

-Формирования зависимости

+Завершения формирования зависимости

?

Какая вредная привычка вызывает в здоровье человека общее истощение, раннее поседение и полысение, разрушение зубов, расстройство работы внутренних органов, прежде всего сердца и легких, формирование слабоумия и общая деградация личности, нарушение походки и координации движений?

- алкоголизм
- табакокурение
- +наркомания
- болезни, передаваемые половым путем

?

При воздействии какой вредной привычке у человека резко сужается круг интересов, падает морально-этический уровень, мышление теряет логическую связь, появляются элементы бреда, развиваются рассеянность, забывчивость, переходящие в глубокую потерю памяти, определяющими чертами характера становятся грубость, злобность, необузданность, жестокость, подозрительность?

- алкоголизм
- табакокурение
- +наркомания
- болезни, передаваемые половым путем

?

Какая из вредных привычек вызывает у человека снижение эффективности труда, утрату профессиональных навыков, утрату нравственных регуляторов поведения (совесть, долг, достоинство, ответственность, тактичность), безответственные действия, приводящие к травмам и несчастным случаям в быту, на транспорте и производстве?

- +алкоголизм
- табакокурение
- наркомания
- болезни, передаваемые половым путем

?

При воздействии какой вредной привычке у человека происходит разрушение нервной системы, нарушение деятельности сердечно-сосудистой системы, расстройство работы органов пищеварения, снижение сопротивляемости организма многим инфекционным и простудным заболеваниям?

- +алкоголизм
- табакокурение
- наркомания
- болезни, передаваемые половым путем

?

Как называется стадия никотиновой зависимости, если человек курит от случая к случаю но более 2-5 сигарет в день: привыкание к табаку отсутствует?

- +предначальная
- начальная
- развернутая
- тяжелая

?

Как называется стадия никотиновой зависимости, если человек испытывает нестойкое влечение к табаку, выкуривает 5-10 сигарет в сутки, может бросить курить самостоятельно?

-предначальная
 +начальная
 -развернутая
 -тяжелая

?

Как называется стадия никотиновой зависимости, если человек выкуривает 15-20 сигарет в сутки, у него формируется физическая зависимость, при попытке бросить курить у него развивается тяжелое физическое и психическое состояние?

-предначальная
 -начальная
 +развернутая
 -тяжелая

?

Как называется стадия никотиновой зависимости, если человек выкуривает до 40-50 сигарет в сутки, часто натошак и среди ночи: ощущает непреодолимое влечение к табаку; нередки необратимые изменения в нервной системе, внутренних органах и кровеносных сосудах?

-предначальная
 -начальная
 -развернутая
 +тяжелая

?

К какому виду инфекций относятся инфекционные болезни: брюшной тиф, дизентерии, сальмонеллез, вирусный гепатит?

+кишечные
 -дыхательных путей
 -кровяные
 -наружных покровов

?

К какому виду инфекций относятся инфекционные болезни: ангина, грипп, скарлатина, дифтерия, паротит, коклюш, корь, краснуха, менингит?

-кишечные
 +дыхательных путей
 -кровяные
 -наружных покровов

?

К какому виду инфекций относятся инфекционные болезни: тиф, геморрагические лихорадки, энцефалит?

-кишечные
 -дыхательных путей
 +кровяные
 -наружных покровов

?

К какому виду инфекций относятся инфекционные болезни грибковые заболевания, бешенство, столбняк, чесотка?

-кишечные
 -дыхательных путей

-кровяные
+наружных покровов

?

Какое значение шума является допустимым для человека?

+40-85 децибел
-10-20 децибел
-20-30 децибел
-30-40 децибел

?

Какое из заболеваний вызывается вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ), характеризующееся поражением иммунной (защитной) системы организма и последующим развитием инфекционных и опухолевых процессов, часто со смертельным исходом?

+СПИД
-любая инфекция
-алкоголизм
-наркомания

?

Дать определение понятию "Гигиена"?

-совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья человека.

+это область медицины, изучающая влияние условий жизни, труда на здоровье человека и разрабатывающая меры профилактики различных заболеваний, обеспечения оптимальных условий существования, сохранения здоровья и продления жизни.

-внешний покров тела человека.
-это роговые нитевидные производные кожи, образующие волосяной покров.

?

Дать определение понятию "личная гигиена"?

+совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья человека.

-это область медицины, изучающая влияние условий жизни, труда на здоровье человека и разрабатывающая меры профилактики различных заболеваний, обеспечения оптимальных условий существования, сохранения здоровья и продления жизни.

-внешний покров тела человека.
-это роговые нитевидные производные кожи, образующие волосяной покров.

?

Дать определение понятию "кожа"?

-совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья человека.

-это область медицины, изучающая влияние условий жизни, труда на здоровье человека и разрабатывающая меры профилактики различных заболеваний, обеспечения оптимальных условий существования, сохранения здоровья и продления жизни.

+внешний покров тела человека.
-это роговые нитевидные производные кожи, образующие волосяной покров.

?

Дать определение понятию "Волосы"?

-совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и

укреплению здоровья человека.

-это область медицины, изучающая влияние условий жизни, труда на здоровье человека и разрабатывающая меры профилактики различных заболеваний, обеспечения оптимальных условий существования, сохранения здоровья и продления жизни.

-внешний покров тела человека.

+это роговые нитевидные производные кожи, образующие волосяной покров.

?

Площадь поверхности кожи взрослого человека составляет?

-0,5—1 м²

-2,5—3 м²

+1,5—2 м²

?

Что предохраняет кожу от ультрафиолетового излучения?

+пигмент меланин

-солнечные очки

-ничего не защищает

?

Какой % всей теплоотдачи организма осуществляется через кожу?

+Примерно 80%

-Примерно 40%

-Примерно 20%

?

Что такое "эпидермис"?

-инфекционное заболевание

+поверхностный слой кожи

-тип бактерий

?

С какой периодичностью рекомендуется принимать ванну и душ в обычных условиях?

+не реже одного раза в неделю

-ежедневно

-1 раз в месяц

?

С какой периодичностью рекомендуется принимать ванну и душ в экологически неблагоприятных условиях?

-не реже одного раза в неделю

+ежедневно

-1 раз в месяц

?

Сколько зубов у здорового взрослого человека?

-31

+32

-33

-34

?

Какова основная функция зубов?

- открывать крышки на бутылках
- +измельчение, пережевывание пищи
- грызть орехи

?

Когда необходимо чистить зубы?

- перед сном
- перед завтраком и перед ужином
- +после завтрака и после ужина
- после ужина
- после завтрака

?

Назвать один из методов очищения организма?

- душ
- бег трусцой
- +голодание
- диета

?

Это группа людей, связанных браком, кровным родством или усыновлением, совместно проживающих и имеющих общие доходы и расходы. Что это?

- коллектив
- брак
- команда
- +семья

?

Большинство демографов молодой семьей считают супругов... ?

- +в возрасте не более 24—25 лет и состоящих в браке не более 5 лет
- в возрасте не более 18—21 года и состоящих в браке не более 3 лет
- в возрасте не более 30—35 года и состоящих в браке не менее 10 лет

?

Что такое "кариес"?

- инфекционное заболевание
- поверхностный слой кожи
- тип бактерий
- +болезнь зубов

?

Выделить факторы, оказывающие отрицательное влияние на прочность молодой семьи.

- +ранний возраст вступающих в брак
- +неподготовленность молодых супругов к ведению домашнего хозяйства, рациональному распределению семейного бюджета и обязанностей, неправильное их отношение к трудностям
- +отсутствие экономической самостоятельности и достаточной материальной обеспеченности
- +юные супруги часто не готовы преодолеть все трудности семейной жизни в первые годы супружества

?

Какой возраст для вступления в брак считается лучшим?

- +от 20 до 24 лет
- от 18 до 22 лет
- от 25 до 30 лет

?

К какому возрастному периоду завершается образование и общее умственное развитие человека, а трудовая деятельность создает необходимую материальную основу для семейной жизни?

- +от 20 до 24 лет
- от 18 до 22 лет
- от 25 до 30 лет

?

Что влияет на преждевременное прекращение половой деятельности, неблагоприятные условия для потомства, бесплодные браки и рождение слабых детей?

- +интенсивная добрачная половая жизнь в молодом возрасте
- употребление алкоголя одним или обоими родителями
- табакокурение

?

Что ведёт к преждевременному изнашиванию организма и опасности заражения венерическими болезнями?

- +беспорядочная половая жизнь
- интенсивная добрачная половая жизнь в молодом возрасте
- употребление алкоголя одним или обоими родителями
- табакокурение

?

Какой фактор определяет степень соответствия взглядов партнеров на элементы совместной жизни (черты характера, волевые качества, интеллект, лидерство в семье)?

- экономический
- материальный
- +психологический
- культурный

?

Какой фактор определяет интеллектуальные и культурные запросы супругов и зависит от их образовательного уровня, профессии, досуговых интересов?

- экономический
- материальный
- психологический
- +культурный

?

Какой фактор определяет вклад каждого из супругов в создание материальной базы семьи?

- экономический
- +материальный
- психологический
- культурный

?

Кто такой Дейл, Карнеги?

- американский президент
- посол мира
- американский боксёр
- американский диетолог
- +американский специалист в области человеческих отношений

?

Что такое "сифилис"?

- +самая страшная венерическая болезнь
- инфекционное заболевание
- поверхностный слой кожи
- тип бактерий
- болезнь зубов
- венерическое заболевание, вызываемое гонококком

?

Указать пути заражения сифилисом.

- +заражение при половом контакте
- +бытовой, когда заражение происходит при поцелуе
- +при пользовании предметами домашнего обихода (зубная щетка, ложка), которыми до этого пользовался больной
- +курение с больным одной сигареты.

?

Что такое "гонорея"?

- самая страшная венерическая болезнь
- инфекционное заболевание
- поверхностный слой кожи
- тип бактерий
- болезнь зубов
- +венерическое заболевание, вызываемое гонококком

?

Что такое "генитальный герпес"?

- самая страшная венерическая болезнь
- инфекционное заболевание
- поверхностный слой кожи
- тип бактерий
- болезнь зубов
- венерическое заболевание, вызываемое гонококком
- +язвенное поражение половых органов, возбудителем которого является вирус простого герпеса (заболевание, характерное пузырьковыми высыпаниями на коже)

?

Что такое "хламидиоз"?

- самая страшная венерическая болезнь
- инфекционное заболевание
- поверхностный слой кожи
- тип бактерий
- болезнь зубов
- венерическое заболевание, вызываемое гонококком

-язвенное поражение половых органов, возбудителем которого является вирус простого герпеса (заболевание, характерное пузырьковыми высыпаниями на коже)
 +болезнь, возбудителем которой является микроорганизм, называемый хламидией (он, как и гонококк, паразитирует преимущественно в половых и мочевыделительных органах).

?

Перечислить способы заражения СПИДом?

- +при половом сношении
- +переливании крови и ее компонентов
- +использовании медицинского инструмента
- +загрязненной кровью, содержащей возбудителей
- капельно жидким путём
- через бытовые предметы и одежду

?

С какого возраста детей у их родителей прекращаются родительские права?

- + по достижении детьми возраста 18 лет (совершеннолетия), а также при вступлении несовершеннолетних детей в брак и в других случаях приобретения детьми полной дееспособности до достижения ими совершеннолетия
- по достижении детьми возраста 16 лет, а также при вступлении совершеннолетних детей в брак и в других случаях приобретения детьми полной дееспособности
- по достижении детьми возраста 16 лет (совершеннолетия)

?

Родители обязаны обеспечить получение детьми Закончить правильно предложение.

- +основного общего образования
- среднего (начального) профессионального образования
- высшего профессионального образования

?



В каких размерах взыскиваются судом с родителей алименты на одного ребенка при отсутствии соглашения об уплате алиментов на несовершеннолетних детей?

- +на одного ребенка одной четверти, на двух детей одной трети, на трех и более — половины заработка
- на одного ребенка одной трети, на двух детей две трети, на трех и более — не более половины заработка

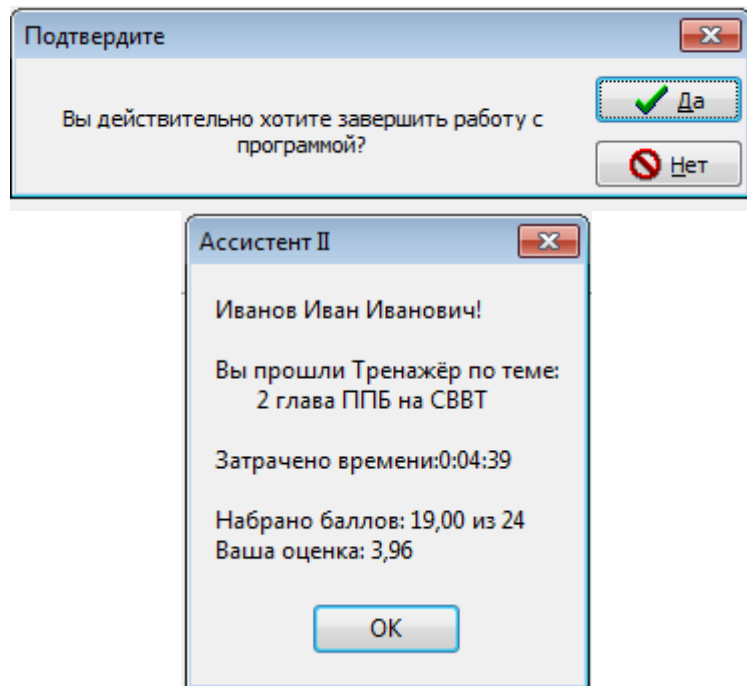
Комплект оценочных заданий №2 по теме 4. (Аудиторная самостоятельная работа).

1. Спецификация Банка тестовых заданий по разделу тема 4.
 2. Содержание Банка тестовых заданий
- Инструкция: выбери правильный ответ.

Для проверки текущих знаний по теме №4 необходимо использовать программу Assist- 2.

Верные варианты ответов отмечены знаками  

По окончании решения теста сама программа формирует итоговую оценку.



Тест:

?

Единая анатомо-физиологическая система, обеспечивающая кровообращение в организме и кровоснабжение органов и тканей, необходимое для доставки к ним кислорода, а также питательных веществ и отведения продуктов обмена-это... . Что это?

-нервная система

+сердечно-сосудистая система

?

Это орган кровеносной системы, сокращения которого создают энергию для движения крови. Что это?

-печень

-легкие

-почки

+сердце

?

Какова масса сердца у взрослого человека?

-500-800 гр

+200-400 гр

-1000-1200 гр

?

Что называют миокардом?

-вирус

-внутренний орган человека

+сердечная мышца

-заболевание

?

Сердце-это...

+это орган кровеносной системы, сокращения которого создают энергию для движения крови

-это эластичные биологические трубки различного диаметра, образующие замкнутую систему,

по которой осуществляется циркуляция крови

?

Указать правильный кровоток.

- +Артерии - артериолы- капилляры- венулы-мелкие вены-крупные вены
- крупные вены-мелкие вены-венулы-капилляры-артериолы-артерии
- Артерии-крупные вены-мелкие вены-капилляры-венулы-артериолы

?

Дать определение "сердечной недостаточности".

- +это патологическое состояние, характеризующееся недостаточностью кровообращения вследствие снижения насосной функции сердца
- это острое нарушение кровообращения в головном мозге, вызывающее гибель мозговой ткани

?

Какое артериальное давление крови считается нормальным?

- +130/80
- 90/60
- 140/90

?

Гипертоническая болезнь-это... . Что это?

- + заболевание, характеризующееся повышением артериального давления крови (АД), для людей среднего возраста давление 140/90 считается повышенным
- заболевание, характеризующееся снижением растяжимости (эластичности) крупных и средних артерий и сужением просвета между ними, и как следствие — ухудшение работы сердечно-сосудистой системы
- это острое нарушение кровообращения в головном мозге, вызывающее гибель мозговой ткани

?

Атеросклероз-это... . Что это?

- заболевание, характеризующееся повышением артериального давления крови (АД), для людей среднего возраста давление 140/90 считается повышенным
- +заболевание, характеризующееся снижением растяжимости (эластичности) крупных и средних артерий и сужением просвета между ними, и как следствие — ухудшение работы сердечно-сосудистой системы
- это острое нарушение кровообращения в головном мозге, вызывающее гибель мозговой ткани

?

Геморрагический инсульт-это... . Что это?

- +кровоизлияние в мозг, под оболочки и в желудочки мозга
- тромбоз мозговых сосудов, не тромботическое размягчение мозгового вещества при патологии сонных и позвоночных артерий

?

Ишемический инсульт-это... . Что это?

- кровоизлияние в мозг, под оболочки и в желудочки мозга
- +тромбоз мозговых сосудов, не тромботическое размягчение мозгового вещества при патологии сонных и позвоночных артерий

?

Терминальные состояния -это... . Что это?

+это состояние, относящееся к конечной стадии жизни, характеризующееся обратимым состоянием угасания функций организма

-это повреждение тканей организма человека с нарушением их целостности и функций, вызванное внешним (главным образом механическим, термическим) воздействием

?

Травма -это... . Что это?

+это повреждение тканей организма человека с нарушением их целостности и функций, вызванное внешним (главным образом механическим, термическим) воздействием.

- это нарушение целостности кожи, слизистых оболочек с повреждением различных тканей и органов, вызванное механическим воздействием.

?

Асептика-это... . Что это?

+система профилактических мероприятий, направленных против возможности попадания микроорганизмов в рану, ткани, органы, полости тела пострадавшего при оказании ему медицинской помощи.

-это нарушение целостности кожи, слизистых оболочек с повреждением различных тканей и органов, вызванное механическим воздействием

-это повреждение тканей организма человека с нарушением их целостности и функций, вызванное внешним (главным образом механическим, термическим) воздействием.

?

Сколько по времени можно держать жгут(закрутку) при остановки кровотечения?

+не более 1,5—2 ч

-не менее 1,5-2 ч

?

Как накладывается жгут?

+Жгут накладывают выше раны на расстоянии 5—7 см от ее верхнего края.

-Жгут накладывают ниже раны на расстоянии 5—7 см от ее нижнего края.

-Жгут накладывают ниже раны на расстоянии 15—17 см от ее нижнего края.

?

Перечислить признаки венозного кровотечения.

+темная кровь вытекает медленно, равномерно, не прямой струей

-кровь сочится каплями со всей раневой поверхности

-алая кровь, струя фонтанирует, сильное кровотечение

?

Перечислить признаки артериального кровотечения.

-темная кровь вытекает медленно, равномерно, не прямой струей

-кровь сочится каплями со всей раневой поверхности

+алая кровь, струя фонтанирует, сильное кровотечение

?

Перечислить признаки капиллярного кровотечения.

-темная кровь вытекает медленно, равномерно, не прямой струей

+кровь сочится каплями со всей раневой поверхности

-алая кровь, струя фонтанирует, сильное кровотечение

?

Способ остановки артериального кровотечения?

-наложение давящей стерильной повязки

-поврежденную конечность следует приподнять и наложить давящую стерильную повязку
+кровотечение останавливают пальцевым прижатием, а затем накладывают стандартный жгу или закрутку или методом максимального сгибания конечности

?

Способ остановки венозного кровотечения?

-наложение давящей стерильной повязки

+поврежденную конечность следует приподнять и наложить давящую стерильную повязку
-кровотечение останавливают пальцевым прижатием, а затем накладывают стандартный жгу или закрутку

?

Способ остановки капиллярного кровотечения?

+наложение давящей стерильной повязки

-поврежденную конечность следует приподнять и наложить давящую стерильную повязку
-кровотечение останавливают пальцевым прижатием, а затем накладывают стандартный жгу или закрутку

?

Содержание записки, которую кладут под жгут?

+время его наложения

-дата его наложения

-время снятия жгута

?

Указать способы борьбы с болью.

+закрытие ран повязками

+обездвиживание

+правильная укладка на носилки

+бережная переноска или перевозка

?

Что означает "иммобилизация"?

+обездвиживание

-обезболивание

-транспортировка больного

?

Какова главная цель иммобилизации?

+обеспечить по возможности полный покой поврежденной части тела, что исключает дополнительную травматизацию и уменьшает боль

-быстро доставить пострадавшего в ближайшее медицинское учреждение

-привести в сознание пострадавшего

?

Что такое "перелом"?

+это нарушение целостности кости

-это смещение кости по отношению к ее нормальному положению в суставе
 -это когда кость выходит за пределы обычной амплитуды движения

?

Что такое "вывих"?

-это нарушение целостности кости
 +это смещение кости по отношению к ее нормальному положению в суставе
 -это когда кость выходит за пределы обычной амплитуды движения

?

Что такое "растяжение или разрыв связок"?

-это нарушение целостности кости
 -это смещение кости по отношению к ее нормальному положению в суставе
 +это когда кость выходит за пределы обычной амплитуды движения

?

Что такое "растяжение мышц и сухожилий"?

-это смещение кости по отношению к ее нормальному положению в суставе
 -это когда кость выходит за пределы обычной амплитуды движения
 +это растяжение, вызванное подъемом тяжестей, чрезмерной мышечной работой, резким или неловким движением

?

Здоровье-это... . Что это?

+это состояние физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.
 -совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья человека.
 +это область медицины, изучающая влияние условий жизни, труда на здоровье человека и разрабатывающая меры профилактики различных заболеваний, обеспечения оптимальных условий существования, сохранения здоровья и продления жизни.

?

Что такое "терминальное состояние"?

+это крайняя степень любой патологии, при которой требуется искусственное замещение или поддержание основных жизненно важных функций организма.
 +это пограничные состояния между жизнью и смертью, т. е. конечный этап угасания жизнедеятельности организма.
 -это комплекс лечебных мероприятий, направленный на оживление, т. е. восстановление жизненно важных функций у пациентов, находящихся в терминальном состоянии или в клинической смерти.

?

Что такое "реанимация"?

-это крайняя степень любой патологии, при которой требуется искусственное замещение или поддержание основных жизненно важных функций организма.
 -это пограничные состояния между жизнью и смертью, т. е. конечный этап угасания жизнедеятельности организма.
 +это комплекс лечебных мероприятий, направленный на оживление, т. е. восстановление жизненно важных функций у пациентов, находящихся в терминальном состоянии или в клинической смерти.

?

Что такое "иммобилизация"?

+обездвиживание

-обезболивание

-транспортировка больного

-это крайняя степень любой патологии, при которой требуется искусственное замещение или поддержание основных жизненно важных функций организма.

-это пограничные состояния между жизнью и смертью, т. е. конечный этап угасания жизнедеятельности организма.

-это комплекс лечебных мероприятий, направленный на оживление,

т. е. восстановление жизненно важных функций у пациентов, находящихся в терминальном состоянии или в клинической смерти.

?

Отсутствие кровообращения, самостоятельного дыхания, сознания, расширение зрачков и отсутствие их реакции на свет является признаками

Дополнить предложение.

-биологической смерти

+клинической смерти

?

Какой должна быть частота сдавливаний грудной клетки у взрослого человека при выполнении не прямого массажа сердца?

+около 80 сдавливаний/мин

-не менее 120 сдавливаний/мин

-не менее 240 сдавливаний/мин

?

Какой должна быть глубина смещения(продавливания) грудины у взрослого человека при выполнении не прямого массажа сердца?

+4 - 5 см.

-до 3-х см.

-не менее 5 см.

?

Указать признаки эффективного проведения реанимационных мероприятий с пострадавшим.

+Наличие пульсовой волны на сонных артериях в такт проводимому непрямому массажу сердца, которое может быть использован только, когда реанимацию проводят 2 и более человека.

+Адекватная экскурсия грудной клетки в момент активного вдоха и пассивного выдоха.

+Улучшение цвета кожных покровов.

+Сужение зрачков и появление их реакции на свет.

?

Клиническая смерть - это Что это?

+это состояние организма после прекращения самостоятельного дыхания и кровообращения, в течение которого клетки коры головного мозга еще способны полностью восстановить свою функцию. это крайняя степень любой патологии, при которой требуется искусственное замещение или поддержание основных жизненно важных функций организма.

-это пограничные состояния между жизнью и смертью, т. е. конечный этап угасания жизнедеятельности организма.

-это комплекс лечебных мероприятий, направленный на оживление,

т. е. восстановление жизненно важных функций у пациентов, находящихся в терминальном состоянии или в клинической смерти.

?

Какое время может продолжаться у взрослого человека состояние клинической смерти?

- до 10 мин
- более 5 мин
- +3-5мин
- бесконечность

?

На что конкретно влияют ниже перечисленные факторы?

- вредные привычки (курение, наркомания, злоупотребление алкоголем);
 - заболевания, передающиеся половым путем (ВИЧ, хламидии, гонорея, сифилис);
 - экологические факторы (загрязнение атмосферы, воды, почвы);
 - беспорядочное половое поведение;
 - аборты, которые влияют на психологическое и репродуктивное здоровье.
- + на репродуктивное здоровье женщины
 - на репродуктивное здоровье мужчины
 - на здоровье женщины
 - на здоровье мужчины

?

Чем является отрезок жизни, в течении которого женщина способна зачать, выносить и родить ребенка?

- +репродуктивный период женщины
- жизненный период женщины
- активный жизненный период

?

Какие качества необходимо выработать в себе для воспитания привычек здорового образа жизни?

- +Борьба со стрессом начинается с выработки в себе убеждения, что только вы сами отвечаете за свое душевное и физическое благополучие.
- +Будьте оптимистом. Источником стресса являются не события сами по себе, а ваше восприятие этих событий.
- +Регулярно занимайтесь физической культурой и спортом. Физические упражнения оказывают положительное влияние не только на физическое состояние, но и на психику.
- +Постоянная двигательная активность способствует психологической уравновешенности и уверенности в себе. Физические упражнения один из лучших способов выхода из состояния сильного стресса.
- +Ставьте себе посильные задачи. Реально смотрите на вещи, не ждите от себя слишком многого. Уясните себе границы ваших возможностей, не берите на себя в жизни слишком много. Учитесь говорить твердо «нет», если у вас нет возможности выполнить какое-то задание.
- +Учитесь радоваться жизни, получайте удовольствие от самой работы, от того, как хорошо вы с ней справляетесь, а не только от того, что она вам дает.
- + Питайтесь правильно.
- + Высыпайтесь. Сон играет очень важную роль в преодолении стрессов и поддержании здоровья.
- Употребляйте алкоголь. Употребление алкогольных напитков помогает расслабиться, успокаивает нервную систему и повышает настроение.

-Курите. Курение побеждает скуку и стресс. Курящая девушка выглядит модно, она становится популярной среди сверстников. Курение само утверждает человека. Курящие девушки дольше сохраняют стройную фигуру.

-Курите. Курение способствует концентрации внимания.

?

Чьим основным правом является забота о детях и их воспитание?

-государства

-школы и других образовательных учреждений

+родителей

-общества

?

Что является основанием возникновения родительских прав и обязанностей?

+является происхождение детей, удостоверенное в установленном законом порядке

- является происхождение детей

-беременность женщины

-создание семьи, удостоверенное в установленном законом порядке

?

С какого возраста детей прекращаются права родителей?

+ при достижении 18-летия

-при достижении 16-летия

-не прекращаются

3. Таблица форм тестовых заданий

Всего ТЗ	Из них количество ТЗ в форме			
	закрыт ых	открыт ых	на соответствие	на порядок
	шт. %	шт. %	шт. %	шт. %
100%	100	-	-	-

4. Таблица ответов к тестовым заданиям

Правильные ответы отмечены знаком «+», неправильные – знаком «-»

4.1.5. ПРОЕКТ

В форме индивидуального проекта.

Темы (на выбор):

1. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
2. Взаимодействие человека и среды обитания.
3. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
4. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
5. Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.
6. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
7. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
8. Роль физической культуры в сохранении здоровья.
9. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
10. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
11. Табакокурение и его влияние на здоровье.
12. Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
13. Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
14. Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
15. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной

- местности и района проживания.
16. Терроризм как основная социальная опасность современности.
 17. Космические опасности: мифы и реальность.
 18. Современные средства поражения и их поражающие факторы.
 19. Оповещение и информирование населения об опасности.
 20. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
 21. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
 22. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
 23. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
 24. Символы воинской чести.
 25. Патриотизм и верность воинскому долгу.
 26. Дни воинской славы России.
 27. Города-герои Российской Федерации.
 28. Города воинской славы Российской Федерации.

4.2. Задания для промежуточной аттестации

П Е Р Е Ч Е Н Ь

вопросов для подготовки к дифференцированному зачету по учебному предмету
«БУП.06 Основы безопасности жизнедеятельности»
для обучающихся
(1 курс)

1. Опасность. Виды опасности.
2. Среда обитания. Негативные воздействия на человека.
3. Техносфера. Биосфера.
4. Техногенные аварии и катастрофы.
5. Среда обитания. Взаимодействие человека со средой обитания.
6. ЧС. Классификация ЧС.
7. ЧС природного и техногенного характера.
8. Организация защиты населения в ЧС.
9. Назначение и задачи гражданской обороны.
10. Локализация и ликвидация последствий ЧС.
11. Действие электрического тока на организм человека.
12. РСЧС. Задачи и структура.
13. Факторы, влияющие на здоровье человека.
14. Основные принципы рационального питания.
15. Классификация ЧС по масштабам распространения.
16. Дать определение понятию «Учебно-боевая подготовка».
17. Дать определение понятию «Служебно-боевая деятельность». Состав служебно-боевой деятельности.
18. Дать определение понятию «Боевое дежурство».
19. Для чего предназначена караульная служба?
20. Дать определение понятию «Караул». Состав караула.
21. Требования, предъявляемые к военнослужащим назначаемыми караульными.
22. Перечислить профессиональные качества необходимые призывнику(военнослужащему).
23. Перечислить жизненно необходимые качества для военнослужащего.
24. Перечислить отличительные черты воинской деятельности от других видов госслужбы.
25. Перечислить виды воинской деятельности.
26. Перечислить качества будущих военнослужащих, являющихся кандидатами на командные должности.

27. Какие психологические качества должен воспитывать у себя военнослужащий, претендующий на должность командира?
28. Какие профессиональные качества необходимы военнослужащим операторских должностей?
29. Перечислить профессиональные качества связиста.
30. Перечислить профессиональные качества военных водителей.
31. Перечислить воинские должности специального назначения.
32. Для чего предназначена внутренняя служба?
33. В чем заключается принцип единоначалия в ВС РФ?
34. В чём выражается единоначалие?
35. Дать определение понятию «Приказ». Порядок отдачи(выполнения) приказа.
36. Дать определение понятию «Дисциплина».
37. Перечислить особенности воинской дисциплины.
38. Дать определение понятию «Воинская дисциплина».
39. На чем основывается воинская дисциплина?
40. Чему обязывает каждого военнослужащего воинская дисциплина?
41. Чем достигается высокая воинская дисциплина?
42. Перечислить поощрения, применяемые к солдатам, матросам, сержантам и старшинам.
43. Перечислить взыскания, налагаемые на солдат и матросов.
44. Дать определение понятию «Преступление».
45. Дать определение понятию «Проступок».
46. Перечислить виды ответственности военнослужащих.
47. За что несут военнослужащие дисциплинарную ответственность?
48. За что несут военнослужащие административную ответственность?
49. За что несут военнослужащие гражданско-правовую ответственность?
50. За что несут военнослужащие материальную ответственность?
51. За что несут военнослужащие уголовную ответственность?
52. Перечислить виды обще уголовных преступлений.
53. Перечислить виды преступлений против военной службы.
54. Перечислить уровни военного образования.
55. Перечислить виды военных образовательных учреждений.
56. Дать определение понятию «Родина».
57. Дать определение понятию «Патриотизм».
58. Дать определение понятию «Мораль».
59. Дать определение понятию «Совесь».
60. В чём заключается суть воинского долга?
61. Дать определение понятию «Дружба».
62. Дать определение понятию «Товарищество».
63. Перечислить дни воинской славы, посвящённые крупным сражениям времён Великой отечественной войны 1941-1945г.г.
64. Перечислить дни воинской славы, посвящённые крупным морским сражениям.
65. Кем, когда и какой орден был учрежден впервые в истории России?
66. Особенности награждения в современной России.
67. Перечислить ордена современной России.
68. Дать определение понятию «Воинский ритуал».
69. Перечислить воинские ритуалы.
70. Дать определение понятию «Боевое Знамя воинской части».
71. Порядок вручения Боевого Знамени части.
72. Ответственность за утрату Боевого знамени части.
73. Описать статут(положение) ордена Святого Георгия.
74. Описать статут(положение) знак отличия ордена Святого Георгия.
75. Описать статут(положение) ордена за Службу Отечеству.

76. Описать статут(положение) ордена Александра Невского.
77. Описать статут(положение) орденов Суворова.
78. Описать статут(положение) орденов Ушакова.
79. Описать статут(положение) орденов Кутузова.
80. Описать статут(положение) орденов Нахимова.
81. Порядок выполнения воинского приветствия.
82. Содержание военной присяги.
83. В каких случаях имеет право применять оружие военнослужащий.
84. Перечислить виды поощрений для солдат и матросов.
85. Порядок проведения воинского ритуала: увольнение в запас.
86. Порядок проведения воинского ритуала: принятие военной присяги.
87. Порядок проведения воинского ритуала: вручение вооружения и техники.
88. Порядок проведения воинского ритуала: заступление на боевое дежурство.
89. Порядок проведения воинского ритуала: развод караулов.
90. Порядок проведения воинского ритуала: вечерняя поверка.
91. Требования, предъявляемые к поступающим в военные учебные заведения.
92. Какие документы обеспечивают правовую основу военной службы?
93. Как звучит один из основных армейских принципов организации боевой учебы?
94. Перечислить виды государственных наград в Российской Федерации.
95. Дать определение понятию «конфликт».
96. Дать определение понятию «конфликтная ситуация».
97. Дать определение понятию «мнимая конфликтная ситуация».
98. Дать определение понятию «реальный конфликт».
99. Дать определение понятию «внутренний конфликт».
100. Дать определение понятию «антагонистический конфликт».
101. Стратегия поведения в конфликтной ситуации.
102. Правила бесконфликтного общения.
103. Профилактика появления конфликта.