

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
**«КУЗБАССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Т. Ф. ГОРБАЧЕВА»**
филиал КузГТУ в г. Прокопьевске

Кафедра социально-гуманитарных дисциплин

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Методические указания по выполнению практической работы
для обучающихся всех специальностей СПО

Составитель: Д.Н. Михеев

Рассмотрены и утверждены
на заседании кафедры
Протокол №1 от 28.08.2018 г.

Рекомендованы к печати
учебно-методической комиссией
Протокол №1 от 28.08.2018 г.

Электронный ресурс находится
в библиотеке филиала КузГТУ
в г. Прокопьевске

Прокопьевск 2018

Рецензенты:

А.В. Малышева –
к.и.н, доцент кафедры
социально-гуманитарных дисциплин
филиала КузГТУ в г. Прокопьевске

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	5
Пояснительная записка	6
Тема 1. Здоровье. Здоровый образ жизни	9
Тема 2. Факторы способствующие укреплению здоровья	12
Тема 3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	18
Тема 4. Вредные привычки и их профилактика	20
Тема 5. Правила и безопасность дорожного движения	21
Тема 6. Репродуктивное здоровье.....	23
Тема 7. Правовые основы взаимоотношения полов	24
Тема 8. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций ..	29
Тема 9. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	29
Тема 10. Гражданская оборона	35
Тема 11. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Применение средств индивидуальной защиты.....	35
Тема 12. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	41
Тема 13. Аварийно-спасательные работы	42
Тема 14. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций	46
Тема 15. Противодействие экстремизму и терроризму	47
Тема 16. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	54
Тема 17. История создания вооруженных сил России. Структура вооруженных сил Российской Федерации	55
Тема 18. Воинская обязанность	60
Тема 19. Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту	61
Тема 20. Качества личности военнослужащего. Патриотизм	67
Тема 21. Боевые традиции вооруженных сил России.....	68
Тема 22. Ритуалы вооруженных сил Российской Федерации и символы воинской чести	72
Тема 23. Первая медицинская помощь. Общие положения	72
Тема 24. Первая медицинская помощь при травмах.....	73
Тема 25. Первая медицинская помощь при кровотечениях	77

Тема 26. Первая медицинская помощь при ожогах	78
Тема 27. Первая реанимационная помощь. Инфекционные заболевания	83
Примерные темы рефератов (докладов), индивидуальных проектов .	84
Список литературы.....	86

ВВЕДЕНИЕ

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ), изучается студентами на первом курсе. Методические рекомендации по выполнению практических работ обеспечивают реализацию рабочей программы по ОБЖ, согласно Федеральному государственному образовательному стандарту, для специальностей СПО.

Реализация программы обеспечит компетентность будущих специалистов в области безопасности жизнедеятельности как неотъемлемой части их профессионализма в период вступления в самостоятельную жизнь.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Ведущей дидактической целью практических занятий является формирование практических умений, необходимых в последующей учебной деятельности и жизни.

В соответствии с ведущей дидактической целью и содержанием практических занятий рассматривается решение разного рода задач, в том числе профессиональных, анализ проблемных ситуаций, решение ситуационных задач, средствами индивидуальной защиты, работа с нормативными документами, инструктивными материалами, справочниками.

На практических занятиях студенты овладевают первоначальными умениями и навыками, которые будут использовать в профессиональной деятельности и жизненных ситуациях.

Наряду с формированием умений и навыков в процессе практических занятий обобщаются, систематизируются, углубляются и конкретизируются теоретические знания, вырабатывается способность и готовность использовать теоретические знания на практике, развиваются интеллектуальные умения.

В результате изучения учебной дисциплины в области жизнедеятельности студент должен **знать:**

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;

- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;

- основы военной службы и обороны государства;
- задачи и основные мероприятия гражданской обороны;
- способы защиты населения от оружия массового поражения;
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке;

- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских

подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;

- область применения получаемых знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

Уметь:

- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- применять первичные средства пожаротушения;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности;
- оказывать первую помощь пострадавшим;

Данная дисциплина базируется на знаниях умениях и навыках, полученных студентами при изучении социально-экономических, естественнонаучных и общетехнических дисциплин и в процессе изучения прослеживается теснейшая ее связь с этими дисциплинами.

ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ		
Тема 1	Здоровье здоровый образ жизни	1
Тема 2	Факторы способствующие укреплению здоровья	1
Тема 3	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	1
Тема 4	Вредные привычки и их профилактика	1
Тема 5	Правила и безопасность дорожного движения	1
Тема 6	Репродуктивное здоровье	1
Тема 7	Правовые основы взаимоотношения полов	1
Тема 8	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций	1
Тема 9	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	1
Тема 10	Гражданская оборона	1
Тема 11	Современные средства поражения и их поражающие факторы. Применение средств индивидуальной защиты	1
Тема 12	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	1
Тема 13	Аварийно-спасательные работы	1
Тема 14	Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций	1
Тема 15	Противодействие экстремизму и терроризму	1
Тема 16	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	1
Тема 17	История создания Вооруженных Сил России. Структура Вооруженных Сил	2
Тема 18	Воинская обязанность	1
Тема 19	Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту	1
Тема 20	Качества личности военнослужащего. Патриотизм	1
Тема 21	Боевые традиции Вооруженных Сил России	1
Тема 22	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации и символы воинской чести	1
Тема 23	Первая медицинская помощь. Общие положения	1
Тема 24	Первая медицинская помощь при травмах	2
Тема 25	Первая медицинская помощь при кровотечениях	2
Тема 26	Первая медицинская помощь при ожогах	2
Тема 27	Первая реанимационная помощь. Инфекционные заболевания	2

ТЕМА 1. ЗДОРОВЬЕ. ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Цель занятия: рассмотреть понятия здоровье и здоровый образ жизни.

Учебная карта занятия:

На практическом занятии обучающиеся отвечают на теоретические вопросы из основных разделов темы, заполняют анкету «Твой образ жизни – оценка состояния здоровья», решают тестовые задания.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Понятие «Здоровый образ жизни», его составляющие.
2. Питание. Основы рационального питания.
3. Режим дня.
4. Двигательная активность. Профилактика гиподинамии.
5. Закаливание, личная гигиена.
6. Грамотное экологическое поведение.

Заполнение анкеты «Твой образ жизни – оценка состояния здоровья»

АНКЕТА

ФИО _____

Возраст _____

Группа _____

1. Питаетесь ли Вы в институтской столовой?
Да Нет
2. Сколько раз в день Вы питаетесь?
2 3 4
3. Соблюдаете ли Вы режим питания (питаетесь в одно и тоже время)?
Да Нет
5. Употребляете ли Вы в пищу «фаст-фут» (быстрая еда)?
Да Нет
6. Вы отдаете предпочтение напиткам (спрайт, кока-кола, лимонад и т.д.)?
Да Нет
7. Вы отдаете предпочтение натуральным сокам?
Да Нет
8. Используете ли Вы жевательную резинку?
Да Нет

9. Верно ли, что жвачка сохраняет зубы?

Да Нет

10. Согласны ли вы, что зарядка - это источник бодрости и здоровья, делаете ли вы утреннюю зарядку?

Да Нет

11. Верно ли, что кактусы снимают излучение от компьютера?

Да Нет

12. Верно ли, что от курения ежегодно погибает более 10 000 человек?

Да Нет

13. Правда ли, что бананы поднимают настроение?

Да Нет

14. Верно ли, что морковь замедляет процесс старения организма?

Да Нет

15. Правда ли, что есть безвредные наркотики?

Да Нет

16. Отказаться от курения легко?

Да Нет

17. Правда ли, что молоко полезнее йогурта?

Да Нет

18. Взрослые чаще, чем дети, ломают ноги?

Да Нет

19. Правда ли, что недостаток солнца вызывает депрессию?

Да Нет

20. Правда ли, что летом можно запастись витаминами на целый год?

Да Нет

21. Правда ли, что надо ежедневно выпивать два стакана молока?

Да Нет

22. Правда ли, что детям до 15 лет нельзя заниматься тяжелой атлетикой?

Да Нет

23. Правда ли, что ребенку достаточно спать ночью 8 часов?

Да Нет

Если на вопросы 7,9,10,12,13,14,18,19,21 Вы дали положительный ответ, а на вопросы – 5,6,8,11,15,16,17,20,22,23 – отрицательный, то Вы знакомы с основными правилами здорового образа жизни.

2. Тестовые задания.

1. Из приведённых определений здоровья выберите те, которые приняты всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ):

1) Здоровье человека – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков;

2) Здоровье человека – это отсутствие у него болезней и физических недостатков;

3) Здоровье человека – это отсутствие у него болезней, а также оптимальное сочетание здорового образа жизни с умственным и физическим трудом.

2. Многолетние исследования специалистов в разных странах мира показали, что здоровье человека на 50% полностью зависит от:

1) Экологических факторов;

2) Образа жизни;

3) Состояния муниципального медицинского обслуживания населения;

4) Наследственности.

3. Одной из составляющих здорового образа жизни является:

1) Курение и употребление алкоголя в небольших количествах.

2) Малоподвижный образ жизни;

3) Небольшие и умеренные нагрузки;

4) Оптимальный уровень двигательной активности.

4. Режим жизнедеятельности человека — это:

1) Индивидуальная форма существования человека в условиях среды обитания;

2) Система деятельности человека в быту и на производстве;

3) Установленный порядок работы, отдыха, питания и сна.

5. Все продукты питания могут быть поделены на группы:

1) Минеральные и искусственные;

2) Мясные и молочные;

3) Животного и растительного происхождения.

6. Выберите факторы, неблагоприятно влияющие на состояние здоровья человека:

1) Эмоционально-психические нагрузки с резко пониженной физической активностью;

2) Сбалансированное питание;

3) Сложная экологическая обстановка;

4) Широкое распространение вредных привычек;

- 5) Рациональная организация быта.
7. Расположите факторы, оказывающие влияние на здоровье человека, в порядке убывания значимости:
- 1) Экология (окружающая среда);
 - 2) Генетика (наследственность);
 - 3) Уровень медицинской помощи;
 - 4) Здоровый образ жизни;
 - 5) Другие факторы.
8. Выберите основные составляющие здорового образа жизни:
- 1) Режим дня;
 - 2) Закаливание;
 - 3) Физическая активность;
 - 4) Вредные привычки;
 - 5) Личная гигиена;
 - 6) Нерациональное питание.
9. Выберите наиболее точное определение слова «токсикомания»:
- 1) Токсикомания – заболевание, обусловленное употреблением различных веществ, вызывающих состояние опьянения.
 - 2) Токсикомания – болезненное влечение к употреблению наркотических веществ.
 - 3) Токсикомания – физическое и психическое состояние организма человека, при котором он обладает высокой работоспособностью.
10. Дайте определение слову «стресс»:
- 1) Стресс – это физическое и психическое состояние организма человека, при котором он обладает высокой работоспособностью.
 - 2) Стресс – это состояние психического напряжения, возникающее у человека при деятельности в трудных условиях.
 - 3) Стресс – это нарушение нормальной жизнедеятельности организма.

ТЕМА 2. ФАКТОРЫ СПОСОБСТВУЮЩИЕ УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ

Цель занятия: изучить особенности старения человека.

Учебная карта занятия: на практическом занятии обучающиеся отвечают на теоретические вопросы темы, выполняют практиче-

скую работу «Определение биологического возраста», решают тестовые задания.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

- 1) Определение понятий старость, старение, старческий возраст.
- 2) Виды старения. Хронологическая и физическая, демографическая, социальная старость.
- 3) Современные теории старения.
- 4) Геронтология – наука о старении.
- 5) Долголетие. Основа долголетия, возрастной уровень. Характеристика здоровья долгожителей.
- 6) Образ жизни долгожителей. Факторы долгожительства.
- 7) Секреты молодости и продления жизни.
- 8) Биологический возраст.

2. Учебные (ситуационные) задачи.

1. Определить биологический возраст мужчины по формуле

$$\llcorner 26,985 + 0,215 \text{ АДС} - 0,149 \text{ ЗДВ} - 0,151 \text{ СБ} + 0,723 \text{ СОЗ} \gg,$$

где АДС – систолическое АД,

ЗДВ – максимальная продолжительность задержки дыхания в секундах,

СБ – статическая балансировка в секундах (определяется стоя на левой ноге с закрытыми глазами без тренировки),

СОЗ – субъективная оценка здоровья, производится с помощью анкеты, включающей 29 вопросов.

2. Определить биологический возраст женщины по формуле:

$$\llcorner 1,463 + 0,415 \text{ АДП} - 0,140 \text{ СБ} + 0,248 \text{ МТ} + 0,694 \text{ СОЗ} \gg,$$

где АДП – артериальное пульсовое давление,

СБ – статическая балансировка в секундах (определяется стоя на левой ноге с закрытыми глазами без тренировки),

МТ – масса тела,

СОЗ – субъективная оценка здоровья, производится с помощью анкеты, включающей 29 вопросов.

Анкета «Субъективная оценка здоровья» - СОЗ

1. Беспокоят ли вас головные боли?
2. Можно ли сказать, что вы легко просыпаетесь от любого шума?
3. Беспокоят ли вас боли в области сердца?
4. Считаете ли вы, что в последние годы у вас ухудшился слух?
5. Считаете ли вы, что в последние годы у вас ухудшилось зрение?
6. Стараетесь ли вы пить только кипячёную воду?
7. Уступают ли вам место в общественном транспорте?
8. Беспокоят ли вас боли в суставах?
9. Влияет ли на ваше самочувствие перемена погоды?
10. Бывают ли у вас такие периоды, когда из-за волнений вы теряете сон?
11. Беспокоят ли вас запоры?
12. беспокоят ли вас боли в области печени?
13. Бывают ли у вас головокружения?
14. Считаете ли вы, что сосредоточиться сейчас вам стало труднее, чем в прошлые годы?
15. Беспокоят ли вас ослабление памяти, забывчивость?
16. Ощущаете ли вы в различных частях тела жжение, покалывание, «ползание мурашек»?
17. Беспокоят ли вас шум или звон в ушах?
18. Держите ли вы для себя в домашней аптечке одно из следующих лекарств: валидол, нитроглицерин, сердечные капли?
19. Бывают ли у вас отёки на ногах?
20. Приходится ли вам отказаться от некоторых блюд?
21. Бывает ли у вас при быстрой ходьбе одышка?
22. Беспокоят ли вас боли в области поясницы?
23. Приходится ли вам употреблять в лечебных целях какую-либо минеральную воду?
24. Беспокоит ли вас неприятный вкус во рту?
25. Можно ли сказать, что вы стали легко плакать?
26. Бываете ли вы на пляже?
27. Считаете ли вы, что сейчас вы также работоспособны, как прежде?
28. Бывают ли у вас такие периоды, когда вы чувствуете себя радостно возбуждённым, счастливым?
29. Как вы оцениваете состояние своего здоровья? («хорошее», «удовлетворительное», «плохое» и «очень плохое»)

Для первых 28 вопросов возможные ответы «Да» или «Нет».

Интерпретация результатов:

Неблагоприятными считаются ответы «Да» на вопросы 1-25 и ответы «Нет» на вопросы 26-28.

На вопрос 29 в анкете возможны следующие ответы: «хорошее», «удовлетворительное», «плохое» и «очень плохое». Неблагоприятным считается один из двух последних ответов.

После ответов на вопросы анкеты подсчитывается общее количество неблагоприятных ответов (оно может колебаться от 0 до 29). Число неблагоприятных ответов, выраженное цифрой от 0 до 29 входит в формулу.

Задача 1. Определить биологический возраст мужчины

$$АДС=120$$

$$ЗДВ=67$$

$$СБ=25$$

$$СОЗ=6$$

Задача 2. Определить биологический возраст женщины

$$АДП = 55 \text{ мм.рт.ст};$$

$$СБ = 34 \text{ сек.}$$

$$МТ = 65 \text{ кг}$$

$$СОЗ = 4.$$

3. Тестовые задания

1. Физиологические изменения, которые происходят в теле человека с возрастом, в первую очередь выражаются в снижении биологических функций и способности приспособливается к метаболическому стрессу:

А) биологический возраст;

Б) старение человека;

В) закон смертности Гомпертца-Мейкхмана.

2. «Вероятность размножения индивидуума зависит от его возраста, возрастая от нулевой в момент рождения, и достигая пика у молодых взрослых организмов, после чего она уменьшается в связи с увеличением вероятности смерти от внешних причин» – так формулируется:

А) теория накопления мутаций;

Б) закон смертности Гомпертца-Мейкхмана;

В) теория одноразовой сомы.

3. Какая теория задается вопросом, как организм должен распорядиться своими ресурсами между поддержкой и ремонтом сомы и другими функциями, необходимыми для выживания?

А) теория накопления мутаций;

Б) закон смертности Гомпертца-Мейкхмана;

В) теория одноразовой сомы.

4. Смертность является суммой независимого от возраста значения и компонента, зависимого от возраста, который экспоненциально возрастает с возрастом и описывает старение организма:

А) теория накопления мутаций;

Б) закон смертности Гомпертца-Мейкхмана;

В) теория одноразовой сомы.

5. Гипотеза, которая легла в основу генетического подхода, была предложена:

А) Питером Медавара;

Б) Д. Вильямсом;

В) Михаил Батин;

Г) Владимир Анисимов.

6. Понятие, отражающее степень морфологического и физиологического развития организма:

А) биологический возраст;

Б) старение человека;

В) закон смертности Гомпертца-Мейкхмана;

7. Самому старому человеку было:

А) 122 года;

Б) 114 лет;

В) 124 года;

Г) 100 лет.

8. Митохондриальная теория впервые была предложена в:

А) 1965;

Б) 1971;

В) 1978;

Г) 1980.

9. Постепенное накопление мутаций в митохондриальной ДНК часто приводит к накоплению активных форм кислорода и снижению производства энергии, что в свою очередь приводит к увеличению скорости повреждения ДНК и белков клеток – так формулируются:

- А) митохондриальная теория;
- Б) теория соматических мутации;
- В) системные и сетевые механизмы возникновения старения.

10. Из-за отсутствия фермента теломеразы, который обычно экспрессируется только у зародышевых и стволовых клеток происходит:

- А) накопление измененных белков;
- Б) утрата теломер;
- В) повреждение ДНК.

11. «Замедление размножения митохондрий в высокодифференцированных клетках вследствие дефицита кодируемых в ядре митохондриальных белков создает условия для возникновения и селективного отбора дефективных делеционных мтДНК, увеличение доли которых постепенно снижает энергетическое обеспечение клеток» – это теория:

- А) утраты теломер;
- Б) митохондриальная теория;
- В) эпигенетическая теория старения.

12. Биологический возраст зависит от:

- А) пола человека;
- Б) наследственности и образа жизни;
- В) расы человека.

13. Укажите неверное утверждение.

Для увеличения продолжительности жизни человека следует:

- А) увеличить до 50 % количество калорий в пище;
- Б) отказаться от вредных привычек;
- В) избегать потенциально токсичных факторов.

14. Какая наука занимается старением:

- А) геронтология;
- Б) антропология;
- В) криптография.

15. Кто по мнению геронтологов стареет раньше и живет меньше на 6-8 лет:

- А) нет зависимости от пола;
- Б) женщины;
- В) мужчины.

ТЕМА 3. ВЛИЯНИЕ НЕБЛАГОПРИЯТНОЙ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Цель занятия: рассмотреть особенности влияния окружающей среды на здоровье человека.

Учебная карта занятия:

На практическом занятии обучающиеся отвечают на теоретические вопросы из основных разделов темы, решают тестовые задания и ситуационные задачи.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Окружающая среда и ее составляющие.
2. Основные загрязнители воздуха.
3. Влияние загрязнения окружающей среды на возникновение различных патологий.
4. Загрязнение окружающей среды пестицидами.

2. Учебные (ситуационные) задачи.

Задача №1. В крупных городах повышаются загрязненность выбросами крупных промышленных предприятий, выхлопных газов машин; которые содержат сернистый газ, соли тяжелых металлов, окись углерода. Каково влияние этих веществ на организм человека?

Задача № 2. В результате распада диоксида азота выделяется кислород и озон. Избыток озона может привести к образованию смога. Нитраты и нитриты, содержащиеся в выхлопных газах двигателей внутреннего сгорания, в отходах промышленных объектов и вносимых в почву минеральных удобрениях, очень опасны для человека. Какие симптомы выявляются при отравлении данными веществами?

Задача № 3. Какими способами можно улучшить экологическую картину вашего города?

3. Тестовые задания.

1. Основная зона загрязнения окружающей среды в городе:
 - А) рекреационная зона
 - В) селитебная зона
 - С) промышленная зона
 - Д) лесопарковая зона
 - Е) антропогенная зона

2. Территория сосредоточения заводов, фабрик называется:
- А) рекреационной зоной
 - В) селитебной зоной
 - С) промышленной зоной
 - Д) лесопарковой зоной
 - Е) антропогенной зоной
3. Загрязнителей воды называют:
- А) аэрополлютантами
 - В) гидрополлютантами
 - С) детергентами
 - Д) пестициды
 - Е) планктонами
4. К какому типу относится загрязнение атмосферы на территории города?
- А) региональному типу
 - В) местному типу
 - С) глобальному типу
 - Д) естественному типу
 - Е) территориальному типу
5. Наиболее распространёнными химическими загрязнителями воды являются:
- А) детергенты
 - В) пестициды
 - С) нефть и нефтепродукты
 - Д) радиоактивные вещества
 - Е) щелочи
6. К какому виду загрязнений относится – радиация, тепловое, световое, электромагнитное, шумовое загрязнение:
- А) природное
 - В) географическое
 - С) геологическое
 - Д) химическое
 - Е) физическое

7. Вещества, уничтожающие озоновый слой:
- А) космические вещества
 - В) пары воды
 - С) пыли
 - Д) фреоны
 - Е) механические частицы
8. Какое загрязнение вызывают вирусы?
- А) тепловое
 - В) химическое
 - С) биологическое
 - Д) физическое
 - Е) антропогенное
9. Антропогенное загрязнение атмосферы:
- А) загрязнение атмосферного воздуха от воздействий человека
 - В) изменение атмосферы за счет примесей в составе воздуха
 - С) степень воздействия химических, физических свойств атмосферы на человека
 - Д) загрязнение атмосферы за счет природных процессов
 - Е) наличие в атмосфере загрязнителей в определенном порядке
10. Объем пресной воды в гидросфере:
- А) 17%
 - В) 25%
 - С) 0,5%
 - Д) 0,3%
 - Е) 3%

ТЕМА 4. ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ И ИХ ПРОФИЛАКТИКА

Цель занятия: изучить влияние вредных привычек на здоровье человека.

Учебная карта занятия: на практическом занятии обучающиеся решают ситуационные задачи и выполняют практическую работу.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

- 1. Понятие «Вредные привычки», его составляющие.
- 2. Питание. Основы рационального питания.
- 3. Режим дня.

4. Двигательная активность. Профилактика гиподинамии.
5. Закаливание, личная гигиена.
6. Грамотное экологическое поведение.
7. Вредные привычки, меры профилактики и борьба с ними.

2. Учебные (ситуационные) задачи

Задача 1. При первом курении першит в горле, учащённо бьётся сердце, во рту появляется неприятный вкус. С чем это связано?

Задача 2. Как вы думаете, ребята, почему некоторых людей называют мудрецами? Мудрым человек становится в раннем возрасте или в более зрелом?

ТЕМА 5. ПРАВИЛА И БЕЗОПАСНОСТЬ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ

Цель занятия: познакомить обучающихся с основными видами поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей при организации дорожного движения.

Учебная карта занятия: на практическом занятии обучающиеся решают ситуационные задачи и выполняют практическую работу.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Кто является участником дорожного движения?
2. Какие общие обязанности определены правилами дорожного движения для всех участников дорожного движения?
3. Обязанности каких УДД ты изучал ранее и какие выполнял на практике?
4. Как отличаются обязанности взрослых от обязанностей несовершеннолетних участников дорожного движения?
5. С какого возраста человек становится участником дорожного движения?
6. Что нужно сделать, чтобы стать водителем, пассажиром, пешеходом?
7. Кто на дороге важнее из участников дорожного движения? Почему?
8. Что может являться «опасностью» на дороге?
9. Что включается в понятие «оценить дорожную ситуацию»?

10. Какими навыками ты должен владеть, чтобы распознать и предвидеть опасность на дороге?
11. Что может являться «опасностью» на дороге?
12. Что включается в понятие «оценить дорожную ситуацию»?
13. Какими навыками ты должен владеть, чтобы распознать и предвидеть опасность на дороге?
14. Какие виды ответственности существуют за нарушения, допущенные гражданами в сфере безопасности дорожного движения?
15. Какие международные примеры ответственности ты знаешь?
16. К какой ответственности могут быть привлечены несовершеннолетнии.

2. Учебные (ситуационные) задачи

Задание: В рабочей тетради составить карту «ролей» на дороге УДД. Каждый обучающийся определяет кем из участников дорожного движения он является на дороге, когда при каких обстоятельствах и какой пункт ПДД он должен выполнять, будучи в роли: того или иного участника дорожного движения.

Задание: Составь задание: «лабиринт перекрестков». Направь в путешествие через несколько перекрестков пешехода из пункта «А» в пункт «В» оборудовав какие-то из перекрестков светофорами, а на каких-то выстави регулировщика и оставь некоторые перекрестки нерегулируемыми. Тот, кто будет выполнять твое задание должен провести пешехода через перекрестки, поясняя при каком сигнале светофора, жесте регулировщика и после выполнения каких действий можно пересечь проезжую часть, чтобы без аварий попасть из пункта «А» в пункт «В».

1. Какие группы дорожных знаков существуют и какое они имеют значение?
2. Какие дорожные знаки и из каких групп определяют движение пешеходов?
3. Какие виды светофоров существуют и как они регулируют движение пешеходов?
4. Что такое дорожная разметка и как она помогает пешеходу ориентироваться в дорожной ситуации?
5. Какие дорожные сооружения помогают пешеходу обеспечить свою безопасность на дороге?

6. Как информируются участники дорожного движения с помощью дорожных знаков и средств регулирования?

7. Как «прочесть» то, что «говорит» тебе дорога?

Задание: Создать дорожную ситуацию (нарисовать участок дороги или перекрестка) правильно применив и установив дорожные знаки, светофоры и дорожные сооружения. Максимально использовать возможный арсенал средств регулирования дорожного движения.

Задание: Подумай, на каком известном тебе участке дороги ты хотел бы оборудовать пешеходный переход. Создай проект пешеходного перехода в этом месте.

Задание: Совместно с преподавателем и составить и нарисовать схему маршрута «дом-учеба-дом». Зелеными стрелками на схеме обозначить безопасный путь от дома до учебы и обратно.

ТЕМА 6. РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ

Цель занятия: сформировать у студентов понятие о репродуктивном здоровье и его значении для будущего поколения.

Учебная карта занятия: Студент должен знать: анатомические и физиологические особенности репродуктивной системы мужчин и женщин; факторы, влияющие на репродуктивное здоровье мужчин и женщин; классификацию и сравнительную характеристику контрацептивных средств; последствия аборта для здоровья женщины и ее потомства; основные заболевания, передающиеся половым путем, их профилактика.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Перечислите факторы, влияющие на репродуктивное здоровье;
2. Перечислите возможные нарушения менструального цикла;
3. Дайте определение понятию аборт и перечислите возможные осложнения;
4. Опишите наиболее яркие клинические проявления инфекций, передающихся половым путем. Назовите профилактические меры по предупреждению возникновения венерических заболеваний;
5. Что такое бесплодие? Назовите причины его вызывающие и методы профилактики.

2. Учебные (ситуационные) задачи

1) составить конспект методического указания «Репродуктивное здоровье. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем» в своей рабочей тетради;

2) провести анализ составленной родословной, указать, в каком возрасте женщины вашей семьи родили детей, уточнить характер течения беременностей у вашей мамы.

ТЕМА 7. ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ ВЗАИМООТНОШЕНИЯ ПОЛОВ

Цель занятия: воспитывать ответственное, гуманное и внимательное отношение к людям противоположного пола; развить чувство предвидения и анализа опасных ситуаций.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Основание возникновения и прекращения брачного правоотношения.

2. Порядок заключения брака. Условия заключения брака. Брачный возраст.

3. Обстоятельства, препятствующие заключению брака. Медицинское обследование лиц, вступающих в брак.

4. Прекращение брака и порядок его расторжения: в органах ЗАГС, в суде.

5. Момент прекращения брака при его расторжении.

6. Правовые основания для признания брака недействительным.

7. Лица, имеющие право требовать признания брака недействительным. Обстоятельства, устраняющие недействительность брака.

8. Правовые последствия признания брака недействительным.

2. Тестовые задания.

1. Без согласия жены возбуждать дело о расторжении брака в течение одного года после рождения ребенка:

1) разрешается;

2) запрещается;

3) допускается;

4) все перечисленное.

2. Брак, заключенный до достижения супругами или одним из них брачного возраста:

- 1) признается действительным;
- 2) признается недействительным;
- 3) каждый брак рассматривается в суде и по нему принимается решение.

4) признается действительным, если брак имел последствием развод.

3. Бывшая жена имеет право требовать от бывшего супруга выплаты ей алиментов:

1. только в период беременности;
2. только в течении трех лет со дня рождения общего ребенка;
3. в период беременности и в течении трех лет со дня рождения общего ребенка;
4. все вышеперечисленные.

4. В случае явки супруга, объявленного судом умершим или признанного судом безвестно отсутствующим, и отмены соответствующих судебных решений брак:

- 1) может быть восстановлен органом записи актов гражданского состояния по совместному заявлению супругов;
2. не может быть восстановлен органом записи актов гражданского состояния по совместному заявлению супругов;
3. может быть восстановлен органом записи актов гражданского состояния по заявлению одного из супругов;
4. все вышеперечисленные.

5. Вопросы семейно-правового регулирования:

1) условия и порядок вступления в брак, прекращение брака и признание его недействительным; личные имущественные и неимущественные отношения между членами семьи;

2) условия и порядок вступления в брак, прекращение брака и признание его недействительным; формы и порядок устройства в семью детей, оставшихся на попечении родителей;

3) личные неимущественные отношения между другими родственниками и иными лицами в случаях, предусмотренных законодательством;

4) все перечисленное.

6. Дееспособность:

1) способность своими действиями приобретать, осуществлять права, создавать обязанности и исполнять их;

2) определенные правовые последствия действий, предусмотренных законодательством;

3) юридический факт приобретения субъектом определенных прав и обязанностей;

4) все перечисленное.

7. Дети от брака, признанного недействительным:

1) сохраняют все права законных детей;

2) теряют все права законных детей;

3) частично теряют права законных детей;

4) признаются сиротами.

8. Если родители не состоят в браке между собой, запись об отце ребенка производится:

1) по заявлению матери;

2) по совместному заявлению его отца и матери;

3) по заявлению свидетелей;

4) все вышеперечисленные;

9. Запреты могут быть:

1) прямые и косвенные, самостоятельные и сочетающиеся с обязанностями, безусловные и имеющие исключения;

2) прямые и косвенные;

3) самостоятельные и сочетающиеся с обязанностями;

4) безусловные и имеющие исключения.

10. Несовершеннолетние родители, не состоящие в браке, в случае рождения у них ребенка и при установлении их материнства или отцовства вправе самостоятельно осуществлять родительские права по достижении ими:

1) четырнадцати лет

2) пятнадцати лет

3) шестнадцати лет

4) восемнадцати лет

11. Отец и мать, состоящие между собой в браке, записываются родителями ребенка в книге записей рождений по:

1) заявлению матери;

2) заявлению любого из них;

3) заявлению отца;

4) все вышеперечисленные.

12. П.1 ст.11 СК. Заключается брак:

1) По истечении недели со дня подачи лицами, вступающими в брак заявления в органы записи актов гражданского состояния;

2) По истечении одного дня со дня подачи лицами, вступающими в брак заявления в органы записи актов гражданского состояния;

3) По истечении месяца со дня подачи лицами, вступающими в брак заявления в органы записи актов гражданского состояния

4) По истечении двух недель со дня подачи лицами, вступающими в брак заявления в органы записи актов гражданского состояния.

13. Передача ребенка в приемную семью, если ему исполнилось десять лет:

1) без согласия ребенка возможно;

2) только с согласия ребенка возможно;

3) не возможно;

4) все вышеперечисленное.

14. После Октября 1917 г. Российская Республика признает лишь:

1) гражданские браки;

2) церковные браки;

3) законные браки;

4) все вышеперечисленные.

15. При расторжении брака в судебном порядке о том, с кем из родителей будут проживать несовершеннолетние дети:

1) супруги могут предоставить соглашение на рассмотрение суда;

2) решается судом;

3) супруги не могут предоставить соглашение на рассмотрение суда;

4) все вышеперечисленные.

16. Раздел общего имущества супругов возможен:

1) только после расторжения брака;

2) как в период брака, так и после его расторжения;

3) только в период брака;

4) все вышеперечисленные.

17. Ребенок любого возраста имеет право на защиту от злоупотреблений со стороны родителей (лиц, их заменяющих) и может сам или с чьей-либо помощью обращаться за защитой:

- 1) в любые правоохранительные органы;
- 2) в органы опеки и попечительства;
- 3) в суд;
- 4) все перечисленное.

18. Регулируют семейные отношения нормы, содержащие:

- 1) запреты;
- 2) дозволения;
- 3) предписания;
- 4) все вышеперечисленные.

19. Семейный кодекс обязывает суд в течение трех дней со дня вступления судебного решения в законную силу направлять в органы записи актов гражданского состояния выписку из решения суда:

- 1) о признании брака не действительным (п. 3 ст. 27 СК);
- 2) о лишении родителей (одного из них) родительских прав (п. 5 ст. 70 СК);
- 3) об усыновлении ребенка (п. 2 ст. 125 СК);
- 4) все вышеперечисленные.

20. Ст. 17 СК. Муж не имеет права без согласия жены возбуждать дело о расторжении брака в время ее беременности и в течении:

- 1) двух лет после рождения ребенка;
- 2) одного года после рождения ребенка;
- 3) полугода года после рождения ребенка;
- 4) трех лет после рождения ребенка.

21. Супруги по своему желанию при заключении брака:

- 1) выбирают фамилию супруги в качестве общей фамилии;
- 2) выбирают фамилию супруга в качестве общей фамилии;
- 3) каждый из супругов сохраняет добрачную фамилию;
- 4) все вышеперечисленные.

22. Требование о восстановлении совместной жизни может быть отклонено:

- 1) в случае жестокого обращения с супругом или детьми, нанесения тяжких оскорблений супругу;
- 2) явного злоупотребления правами другого супруга;
- 3) наличия тяжелой физической или душевной болезни;
- 4) все вышеперечисленные.

ТЕМА 8. ОБЩИЕ ПОНЯТИЯ И КЛАССИФИКАЦИЯ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ

Цель занятия: Закрепление теоретических знаний о классификации ЧС и приобретение практических умений в составлении памяток поведению населения в ЧС.

Учебная карта занятия: заполнить таблицу «Классификация ЧС».

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Что означает ЧС?
2. Перечислите ЧС по природе возникновения.
3. Перечислите ЧС по масштабам распространения последствий.
4. Перечислите ЧС по причине возникновения.
5. Перечислите ЧС по скорости развития.
6. Перечислите ЧС по ведомственной принадлежности.
7. Дайте характеристику ЧС природного происхождения.
8. Дайте характеристику ЧС техногенного характера.

2. Учебные (ситуационные) задачи

Выполнение работы по прогнозированию техногенной катастрофы.

ТЕМА 9. ЕДИНАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ И ЛИКВИДАЦИИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ (РСЧС)

Цель занятия: Выявление роли и места ПФ КузГТУ в г. Прокопьевске в Единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Учебная карта занятия: Закрепление теоретических знаний о Единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), решение ситуационных задач, отражающих роль и место ПФ КузГТУ в г. Прокопьевске

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Какова основная цель создания единой Российской государственной системы защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях (РСЧС)?

2. Перечислите основные задачи РСЧС

3. На каком органе возложено руководство всей системой РСЧС и какие задачи он решает?

4. Перечислите основные способы защиты населения в ЧС

2. Учебные (ситуационные) задачи

1) Определить роль и место ПФ КузГТУ в г.Прокопьевске.

2) Какую роль выполняет ПФ КузГТУ в г.Прокопьевске в РСЧС.

3. Тестовые задания.

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

а) Законом Российской Федерации «О безопасности»;

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

в) Федеральным законом «О гражданской обороне»;

г) Федеральным законом «О радиационной безопасности населения».

2. Укажите закон, закрепляющий правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства.

а) Федеральный закон «Об обороне»;

б) Закон Российской Федерации «О безопасности»;

в) Федеральный закон «О гражданской обороне»;

г) Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

3. Гражданская оборона — это:

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

б) система, обеспечивающая постоянную готовность органов государственного управления для быстрых и эффективных действий по организации первоочередного жизнеобеспечения населения при ведении военных действий;

в) система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории

Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

г) система мероприятий по прогнозированию, предотвращению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в военное время.

4. В каком году была создана Гражданская оборона СССР?

а) в 1932 г.;

б) в 1961 г.;

в) в 1924 г.;

г) в 1941 г.

5. В соответствии с Федеральным законом «О гражданской обороне» ведение гражданской обороны на территории Российской Федерации или в отдельных ее местностях начинается:

а) с момента объявления состояния войны или фактического начала военных действий;

б) после введения Президентом Российской Федерации военного положения на территории Российской Федерации или в отдельных ее местностях;

в) по решению Государственной Думы Российской Федерации;

г) при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

д) в зависимости от конкретной ситуации в том или ином регионе.

6. Основными задачами обучения населения в области гражданской обороны являются:

а) изучение порядка действий по сигналам оповещения;

б) изучение приемов оказания первой медицинской помощи;

в) изучение правил пользования индивидуальными и коллективными средствами защиты;

г) освоение приемов проведения специальной обработки техники и территорий;

д) изучение порядка обеззараживания техники и сооружений;

е) изучение способов защиты от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.

7. Аварийно-спасательные работы — это:

а) система профилактических мер по защите населения при авариях и катастрофах;

б) действия по спасению людей, материальных и культурных ценностей, защите природной среды в зоне чрезвычайной ситуации и

подавлению или доведению до минимального возможного уровня воздействие опасных факторов;

в) комплекс мероприятий, направленных на организацию наблюдения и контроля за состоянием окружающей среды и потенциально опасных объектов, а также прогнозирование и профилактика чрезвычайных ситуаций.

8. Укажите основные виды обеспечения аварийно-спасательных работ.

- а) разведка;
- б) авиационное обеспечение;
- в) инженерное обеспечение;
- г) гидрометеорологическое обеспечение;
- д) информационное обеспечение;
- е) транспортное обеспечение;
- ж) дорожное обеспечение;
- з) продовольственное обеспечение;
- и) санитарно-гигиеническое обеспечение;
- к) техническое обеспечение;
- л) материальное обеспечение;
- м) медицинское обеспечение.

9. В Федеральном законе «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» определены полномочия:

- а) Президента Российской Федерации;
- б) Федерального Собрания Российской Федерации;
- в) Совета Безопасности Российской Федерации;
- г) Правительства Российской Федерации;
- д) политических партий и объединений;
- е) органов государственной власти субъектов Российской Федерации;
- ж) общественных организаций;
- з) органов местного самоуправления.

10. В соответствии с Федеральным законом «О пожарной безопасности» граждане имеют право на:

- а) защиту жизни, здоровья и имущества в случае пожара;
- б) участие в установлении причин пожара, нанесшего ущерб их здоровью и имуществу;
- в) возмещение ущерба, причиненного пожаром в установленном порядке;

г) получение в установленном порядке информации по вопросам пожарной безопасности;

д) обеспечение помещений и строений, находящихся в их собственности, первичными средствами тушения пожаров;

е) участие в обеспечении пожарной безопасности, в том числе в деятельности добровольной пожарной охраны.

11. Кто осуществляет руководство гражданской обороной в Российской Федерации?

а) Президент Российской Федерации;

б) Федеральное Собрание Российской Федерации;

в) Совет Безопасности Российской Федерации;

г) Правительство Российской Федерации;

д) МЧС России.

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

а) федеральный;

б) межрегиональный;

в) региональный;

г) муниципальный;

д) объектовый.

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

а) обучение населения области гражданской обороны;

б) эвакуация населения, материальных и культурных ценностей в безопасные районы;

в) проведение аварийно-спасательных работ только при ведении военных действий;

г) предоставление населению убежищ и средств индивидуальной защиты;

д) проведение мероприятий по световой маскировке;

е) эвакуация раненых военнослужащих из районов боевых действий;

ж) санитарная обработка населения;

з) срочное восстановление функционирования необходимых коммунальных служб в военное время.

14. Каждый учащийся образовательного учреждения в области гражданской обороны должен уметь:

а) пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

- б) проводить частичную санитарную обработку;
- в) изготавливать простейшие средства защиты органов дыхания;
- г) строить и оборудовать укрытия для коллективной защиты;
- д) предохранять продукты питания и питьевую воду от загрязнения;
- е) работать с приборами радиационной и химической разведки и дозиметрического контроля;
- ж) пользоваться индивидуальной аптечкой.

15. Аварийно-спасательные работы — это:

а) действия по спасению людей, материальных и культурных ценностей, защите природной Среды В зонах чрезвычайных ситуаций, по локализации чрезвычайных ситуаций и подавлению или доведению до минимально возможного уровня воздействия характерных для них опасных факторов;

б) комплекс организационных, технических, хозяйственных, медицинских и других мероприятий, направленных на сохранение здоровья населения;

в) система мероприятий, направленных на защиту персонала аварийных объектов, участников ликвидации чрезвычайной ситуации и населения.

16. Укажите основные этапы проведения аварийно-спасательных работ.

- а) поиск и обнаружение пострадавших;
- б) организация работы средств механизации и оборудования;
- в) обеспечение доступа спасателей к пострадавшим и работы по их деблокированию;
- г) оказание пострадавшим первой медицинской помощи;
- д) определение объема и характера перевозок;
- е) определение сроков и мест погрузки и разгрузки;
- ж) эвакуация пострадавших из зон опасности.

ТЕМА 10. ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА

Цель занятия: Закрепление теоретических знаний о ГО и приобретение практических умений работать с Федеральным Законом, планировать мероприятия ГО.

Учебная карта занятия: Закрепить знания о ГО. Изучить материал по составлению плана ГО. Составить план мероприятий по ГО.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Перечислите основные задачи гражданской обороны.
2. Охарактеризуйте территориальный и производственный принципы организации гражданской обороны в нашей стране.
3. Кто осуществляет общее руководство гражданской обороной в нашей стране.
4. Что входит в состав сил гражданской обороны.
5. Кто является начальником штаба ГО.
6. Какие формирования ГО создаются в учебном учреждении.
7. Как составить план оповещения.
8. Где осуществляется подготовка формирований ГО.

2. Учебные (ситуационные) задачи

Изучить материал учебника. В практических тетрадях начертить схему организации ГО в учебном заведении.

Изучить план мероприятий, схему оповещения, составить план мероприятий по ГО.

ТЕМА 11. СОВРЕМЕННЫЕ СРЕДСТВА ПОРАЖЕНИЯ И ИХ ПОРАЖАЮЩИЕ ФАКТОРЫ. ПРИМЕНЕНИЕ СРЕДСТВ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ

Цель занятия: Закрепление теоретических знаний о СИЗ кожи, СИЗОД, о медицинских средствах защиты и приобретение практических умений изготавливать и использовать индивидуальные средства защиты (ВМП).

Учебная карта занятия: Закрепить знания о СИЗ, СИЗОД, о медицинских средствах защиты.

Научиться изготавливать ватно-марлевую повязку. Научиться использовать СИЗОД (противогаз, ВМП). Научиться надевать ОЗК.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

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

2. Учебные (ситуационные) задачи

1. Записать в тетрадь СИЗ, СИЗОД, мед. средства защиты.
2. Изготовить ВМП. Для изготовления ВМП необходимо взять кусок марли размером 100 на 50см. на него кладем слой ваты толщиной 1-2см, края марли загибаем с обеих сторон и накладываем на вату, концы по длине разрезаем на 30-40см с каждой стороны. Повязка закрывает подбородок, рот, нос.

3. Тестовые задания.

1. Ядерное оружие — это:
 - а) вид оружия, эффективность которого достигается за счет точного попадания в цель;
 - б) вид оружия, действие которого основано на использовании кинетической энергии поражающих элементов;
 - в) вид оружия массового поражения взрывного действия, основанного на использовании внутриядерной энергии;
 - г) вид оружия, действие которого основано на использовании радиоактивных веществ, способных поражать противника без взрыва.
2. Проникающая радиация — это:
 - а) ионизирующее излучение, представляющее собой поток гамма-лучей и нейтронов;
 - б) радиоактивность воздуха, воды, почвы, материалов и различных предметов, возникающая в результате их облучения нейтронами;
 - в) излучение, представляющее собой поток бета- и альфа- лучей.

3. Если светящаяся область ядерного взрыва не касается поверхности земли (воды), а взрыв произведен на высоте до нескольких километров, то это:

- а) высотный взрыв;
- б) воздушный взрыв;
- в) наземный (надводный) взрыв;
- г) космический взрыв.

4. Укажите поражающие факторы ядерного взрыва:

- а) электромагнитный импульс;
- б) ударная волна;
- в) ультразвуковое излучение;
- г) радиоактивное загрязнение;
- д) световое излучение;
- е) проникающая радиация;
- ж) наведенная радиация.

5. Каким фактором определяется время действия проникающей радиации на наземные объекты?

- а) мощностью ядерного взрыва;
- б) временем подъема облака ядерного взрыва на высоту, при которой гамма-нейтронное излучение не достигает поверхности земли;
- в) видом ядерного взрыва;
- г) временем до образования облака грибовидной формы.

6. Укажите наиболее эффективное коллективное средство защиты от всех поражающих факторов ядерного оружия:

- а) противогаз;
- б) противорадиационное укрытие;
- в) укрытие простейшего типа;
- г) убежище.

7. Химическое оружие — это:

- а) вид оружия, воздействующего на химические процессы, протекающие в твердой, жидкой и газообразной оболочках Земли;
- б) вид оружия массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах некоторых химических веществ;
- в) вид оружия массового поражения, действие которого основано на применении химических элементов, обладающих радиоактивностью.

8. Признаками применения химического оружия являются:

- а) темные полосы, которые тянутся за самолетом, оседая на землю;
- б) маслянистые пятна возле воронок разорвавшихся боеприпасов;
- в) светлые полосы, которые тянутся за самолетом;
- г) изменение естественной окраски растительности;
- д) наличие нехарактерных для данной местности насекомых;
- е) маслянистые пятна на листьях деревьев, траве, грунте, зданиях.

9. По действию на организм человека боевые токсичные химические вещества подразделяют на:

- а) кожно-паралитические;
- б) раздражающие;
- в) нервно-паралитические;
- г) кожно-нарывные;
- д) нервно-нарывные;
- е) удушающие;
- ж) общедовитые;
- з) психохимические.

10. Мелкие пузыри на коже, которые сливаются в крупные и лопаются, оставляя язвы, свидетельствуют о поражении:

- а) раздражающим боевым токсичным химическим веществом;
- б) общедовитым боевым токсичным химическим веществом;
- в) кожно-нарывным боевым токсичным химическим веществом;
- г) психохимическим боевым токсичным химическим веществом.

11. Металлический привкус во рту, головокружение, тошнота, рвота, судороги, паралич — это признаки поражения:

- а) боевым токсичным химическим веществом нервно-паралитического действия;
- б) боевым токсичным химическим веществом психохимического действия;
- в) боевым токсичным химическим веществом кожно-нарывного действия;
- г) боевым токсичным химическим веществом общедовитого действия.

12. Укажите способы применения бактериологического (биологического) оружия:
- а) транспозиционный;
 - б) аэромеханический;
 - в) аэрозольный;
 - г) трансмиссивный;
 - д) диверсионный.
13. Поражающее действие бактериологического (биологического) оружия основано на:
- а) токсических свойствах некоторых веществ;
 - б) использовании болезнетворных свойств микробов;
 - в) принципах воздействия на наследственный аппарат людей.
14. В комплекс противоэпидемических и санитарно-гигиенических мероприятий по предотвращению распространения инфекционных заболеваний среди населения, подвергнувшегося воздействию бактериальных (биологических) средств, входят:
- а) обсервация и карантин;
 - б) санитарная обработка;
 - в) дегазация местности;
 - г) дезинфекция зараженных объектов;
 - д) дезактивация техники;
 - е) экстренная профилактика.
15. Возбудителей каких заболеваний, как правило, используют для снаряжения бактериологического (биологического) оружия?
- а) чума;
 - б) сибирская язва;
 - в) грипп;
 - г) холера;
 - д) коклюш;
 - е) натуральная оспа;
 - ж) сыпной тиф;
 - з) эпидемический паротит.
16. Какие из перечисленных средств относятся к высокоточному оружию?
- а) бетонобойные боеприпасы;
 - б) разведывательно-ударные комплексы;
 - в) управляемые авиационные бомбы;
 - г) боеприпасы объемного взрыва;
 - д) кумулятивные боеприпасы.

17. Какие боеприпасы предназначены для разрушения взлетно- посадочных полос аэродромов и других объектов с бетонным покрытием?
- а) осколочные;
 - б) фугасные;
 - в) кумулятивные;
 - г) бетонобойные;
 - д) объемного взрыва.
18. Действие каких боеприпасов основано на поражении людей, техники и объектов посредством высоких температур?
- а) боеприпасов объемного взрыва;
 - б) зажигательных боеприпасов;
 - в) кумулятивных боеприпасов;
 - г) фугасных боеприпасов;
 - д) боеприпасов температурного воздействия.
19. Под оповещением о чрезвычайной ситуации понимают:
- а) целенаправленный и системный процесс передачи населению знаний, умений и навыков, необходимых при защите от аварий, катастроф и стихийных бедствий;
 - б) доведение до органов управления, сил и средств Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), а также населения сигналов оповещения и информации о чрезвычайной ситуации и порядке действий в создавшихся условиях;
 - в) научная и техническая информация о различных чрезвычайных ситуациях;
 - г) организационные, правовые, технические и технологические меры по предупреждению различных угроз.
20. Какие средства защиты относятся к коллективным?
- а) общевойсковые защитные комплекты;
 - б) убежища;
 - в) противогазы;
 - г) легкие защитные костюмы;
 - д) укрытия простейшего типа.
21. К какой категории относятся убежища вместимостью на 1000 человек?
- а) малой вместимости;
 - б) средней вместимости;
 - в) большой вместимости.

22. Какие помещения убежища относятся к вспомогательным?
- а) помещение для отдыха людей;
 - б) фильтровентиляционные камеры;
 - в) помещение для дизельной электростанции;
 - г) медицинский пункт;
 - д) станции перекачки фекальных вод;
 - е) кладовая;
 - ж) помещение для баков с водой; а) помещение для санузлов.
23. Какие из перечисленных средств индивидуальной защиты предназначены для защиты кожи?
- а) изолирующий противогаз;
 - б) фильтрующий противогаз;
 - в) общевойсковой защитный комплект;
 - г) легкий защитный костюм;
 - д) комплект защитной фильтрующей одежды.
24. По принципу защитного действия противогазы подразделяются следующим образом:
- а) гражданские;
 - б) промышленные; а) детские;
 - г) фильтрующие;
 - д) изолирующие;
 - е) общевые.

ТЕМА 12. ОРГАНИЗАЦИЯ ИНЖЕНЕРНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ ОТ ПОРАЖАЮЩИХ ФАКТОРОВ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ МИРНОГО И ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ

Цель занятия: Закрепление теоретических знаний по планированию и организации выполнения эвакуационных мероприятий на объекте экономики и приобретение практических умений по эвакуационным мероприятиям.

Учебная карта занятия: Закрепить знания об эвакуационных мероприятиях. Научиться составлять план оповещения, план эвакуации.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Для чего применяются убежища
2. Какие бывают убежища

3. Какие условия нужны для того, чтобы убежище надежно защищало человека от поражающих факторов ОМП

4. Нужны ли в убежище какие-то правила поведения? Если нужны, то назовите основные.

5. Какие условия нужны для того, чтобы в убежище нескольких дней находилась группа людей из нескольких десятков человек.

2. Учебные (ситуационные) задачи

1. Составление плана оповещения, плана эвакуации.

2. Эвакуация из помещения в различных ситуациях.

ТЕМА 13. АВАРИЙНО-СПАСАТЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ

Цель занятия: По окончании изучения темы учащиеся должны иметь представление о содержании аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций.

Учебная карта занятия: Основные виды обеспечения и содержание аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций. Санитарная обработка населения после пребывания в зоне заражения.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Какие работы называют аварийно-спасательными
2. С какими целями проводят неотложные работы
3. Расскажите о видах обеспечения аварийно-спасательных работ.
4. Назовите основные этапы аварийно-спасательных работ.
5. Дайте определение санитарной обработки. В чем она заключается.
6. Как и когда надо проводить частичную и полную санитарную обработку

2. Тестовые задания.

1. К системе оповещения города, района относятся:
 - а) сирены ручного привода;
 - б) электромегафоны;
 - в) сети наружных электросирен;

- г) сети уличных и квартирных громкоговорителей;
 - д) бытовые радио- и телеприемники;
 - е) подвижные звукоусилительные станции.
2. Какие помещения убежища относятся к основным?
- а) медпункт;
 - б) помещения для баков с водой;
 - в) фильтровентиляционные камеры;
 - г) кладовые;
 - д) электростанции;
 - е) помещения для размещения людей;
 - ж) помещения для электростанций.
3. Противорадиационное укрытие обеспечивает защиту людей:
- а) от всех поражающих факторов ядерного взрыва;
 - б) от ударной волны (полностью);
 - в) от ионизирующих излучений при радиоактивном заражении местности;
 - г) от высокоточного оружия;
 - д) от светового излучения;
 - е) от проникающей радиации;
 - ж) от высоких температур и дыма при пожарах;
 - з) от непосредственного попадания на кожу и одежду радиоактивных, боевых токсичных химических веществ и бактериальных средств.
4. Какой запас продуктов питания должны иметь с собой укрывающиеся в убежище?
- а) на сутки;
 - б) на 2 суток;
 - в) на 3 суток;
 - г) на 5 суток.
5. Укажите средства индивидуальной защиты органов дыхания:
- а) ватно-марлевая повязка;
 - б) фильтровентиляционная установка;
 - в) фильтрующий противогаз;
 - г) защитная фильтрующая одежда;
 - д) изолирующий противогаз;
 - е) респиратор;
 - ж) устройство регенерации воздуха;
 - з) легкий защитный костюм.

6. Укажите, какие из приведенных ниже средств защиты кожи следует отнести к простейшим.

- а) плащ или накидка из прорезиненной ткани;
- б) легкий защитный костюм Л-1;
- в) защитная фильтрующая одежда;
- г) пальто из грубого сукна;
- д) дубленка;
- е) резиновые сапоги;
- ж) кожаные или резиновые перчатки (рукавицы);
- з) рубашка.

7. Аварийно-спасательные работы — это:

а) действия по спасению людей, материальных и культурных ценностей, защите природной среды в зонах чрезвычайных ситуаций, по локализации чрезвычайных ситуаций и подавлению или доведению до минимально возможного уровня воздействия характерных для них опасных факторов;

б) комплекс организационных, технических, хозяйственных, медицинских и других мероприятий, направленных на сохранение здоровья населения;

в) система мероприятий, направленных на защиту персонала аварийных объектов, участников ликвидации чрезвычайной ситуации и населения.

8. Укажите основные этапы проведения аварийно-спасательных работ.

- а) поиск и обнаружение пострадавших;
- б) организация работы средств механизации и оборудования;
- в) обеспечение доступа спасателей к пострадавшим и работы по их деблокированию;
- г) оказание пострадавшим первой медицинской помощи;
- д) определение объема и характера перевозок;
- е) определение сроков и мест погрузки и разгрузки;
- ж) эвакуация пострадавших из зон опасности.

9. Каким из приведенных ниже способов обеззараживания удаляются с зараженных объектов радиоактивные вещества?

- а) дегазация;
- б) дезактивация;
- в) дезинфекция.

10. Какие из перечисленных средств индивидуальной защиты предназначены для защиты кожи?

- а) изолирующий противогаз;
- б) фильтрующий противогаз;
- в) общевойсковой защитный комплект;
- г) легкий защитный костюм;
- д) комплект защитной фильтрующей одежды.

11. По принципу защитного действия противогазы подразделяют следующим образом:

- а) гражданские;
- б) промышленные;
- в) детские;
- г) фильтрующие;
- д) изолирующие;
- е) общевойсковые.

12. Аварийно-спасательные работы — это:

а) система профилактических мер по защите населения при авариях и катастрофах;

б) действия по спасению людей, материальных и культурных ценностей, защите природной среды в зоне чрезвычайной ситуации и подавлению или доведению до минимального возможного уровня воздействие опасных факторов;

в) комплекс мероприятий, направленных на организацию наблюдения и контроля за состоянием окружающей среды и потенциально опасных объектов, а также прогнозирование и профилактика чрезвычайных ситуаций.

13. Укажите основные виды обеспечения аварийно-спасательных работ.

- а) разведка;
- б) авиационное обеспечение;
- в) инженерное обеспечение;
- г) гидрометеорологическое обеспечение;
- д) информационное обеспечение;
- е) транспортное обеспечение;
- ж) дорожное обеспечение;
- з) продовольственное обеспечение;
- и) санитарно-гигиеническое обеспечение;
- к) техническое обеспечение;

- л) материальное обеспечение;
 - м) медицинское обеспечение.
14. Укажите виды санитарной обработки населения.
- а) индивидуальная;
 - б) местная;
 - в) частная;
 - г) частичная;
 - е) полная.

ТЕМА 14. ОБУЧЕНИЕ НАСЕЛЕНИЯ ЗАЩИТЕ ОТ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ

Цель занятия: Закрепление теоретических знаний по оповещению и информированию населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени, приобретение практических умений по эвакуации.

Учебная карта занятия: Закрепить знания по оповещению и информированию населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Научиться составлять план оповещения, план эвакуации.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Какие документы затрагивают вопросы обучения населения в области безопасности жизнедеятельности в РФ. Для ответа используйте материал учебника.

2. Перечислите основные задачи обучения населения по защите от чрезвычайных ситуаций.

3. Назовите группы лиц, подлежащие обучению в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

ТЕМА 15. ПРОТИВОДЕЙСТВИЕ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ

Цель занятия: Закрепление теоретических знаний о терроризме и приобретение практических навыков поведения при обнаружении взрывных устройств.

Учебная карта занятия: Закрепить теоретические знания о терроризме. Составить алгоритм поведения при обнаружении взрывных устройств.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Что такое терроризм.
2. Что включает в себя террористическая деятельность.
3. Раскройте понятие террористического акта.
4. Что означает противодействие терроризму.
5. Контртеррористическая операция – это.
6. Для чего применяются Вооруженные Силы Российской Федерации в борьбе с терроризмом?

2. Учебные (ситуационные) задачи

1. Изучить Федеральный Закон «О противодействии терроризму». Выписать основные понятия ст. 3 Федерального Закона «О противодействии терроризму».
2. Изучить памятку по действиям при террористических актах.
3. Составить алгоритм поведения при обнаружении взрывных устройств.

3. Тестовые задания.

1. Дайте определение понятию – терроризм.
 - а. Это насилие или угроза его применения в отношении лиц или организаций, а также уничтожение (повреждение) или угроза уничтожения (повреждения) имущества и других материальных объектов, создающие опасность гибели людей, причинения значительного имущественного ущерба.
 - б. Это общественное явление, заключающееся в противоправном использовании крайних форм насилия.

в. Это метод, посредством которого организованные группы или партии стремятся достичь своих целей преимущественно насильственными методами.

2. В чем получает выражение терроризм?

а. В подрывной деятельности.

б. В антиправительственной деятельности.

в. В террористической деятельности.

3. Назовите признаки террористической деятельности. Выберите не правильный ответ.

а. Организация, планирование, подготовка и реализация террористической акции.

б. Подстрекательство к насилию, проведению террористических акций, уничтожению материальных объектов в террористических целях.

в. Хулиганские действия группы людей.

г. Организация незаконных вооруженных формирований, преступных обществ, организованных групп для совершения террористических акций.

д. Вербовка, обучение, вооружение и использование террористов.

е. Финансирование и содействие террористическим организациям и группам.

4. Что является центральным элементом террористической деятельности?

а. Террористическая акция.

б. Организация террористической акции.

в. Убийство человека.

г. Все правильные ответы.

5. Назови главный признак террористической акции.

а. Непосредственное совершение преступления.

б. Непосредственное совершение преступления террористического характера.

в. Непосредственное совершение противоправных действий.

г. Все правильные ответы.

6. Какие обязательные элементы указывают на то, что это террористический акт?
- а. Террориста-исполнителя.
 - б. Жертву (объект нападения) террориста.
 - в. Лиц, на поведение и позицию которых должен повлиять террористический акт.
 - г. Оружие, с помощью которого совершен террористический акт.
 - д. Все правильные ответы.
7. Кто может быть террористом?
- а. Хорошо подготовленный и обученный человек любого пола и возраста.
 - б. Любой человек, независимо от пола и возраста.
 - в. Все ответы правильные.
8. Террористический акт может проводиться против:
- а. Отдельного человека.
 - б. Группы людей.
 - в. Всего общества людей.
 - г. Отдельного государства.
 - д. Всего человечества.
 - е. Организации.
 - ж. Какой-либо партии.
 - з. Все правильные ответы.
9. Какие методы применяются террористами для выполнения террористического акта.
- а. Подкуп.
 - б. Убийство.
 - в. Запугивание.
 - г. Шантаж.
 - д. Организация и проведение взрывов.
 - е. Обман.
 - ж. Мошенничество.
 - з. Хулиганство.
 - к. Поджог.
 - л. Все правильные ответы.

10. Терроризм может быть:

- а. международным;
- б. партийным;
- в. государственным;
- г. все правильные ответы.

11. В каких документах РФ сказано о противодействии терроризму, о терроризме вообще?

- а. В Концепции национальной безопасности РФ.
- б. В Военной доктрине РФ.
- в. В Уголовном кодексе РФ.
- г. В федеральном законе РФ «О борьбе с терроризмом».
- д. Все правильные ответы.

12. В каких документах сказано о стратегии РФ в отношении терроризма?

- а. В Концепции национальной безопасности РФ.
- б. В Военной доктрине РФ.
- в. В Уголовном кодексе РФ.
- г. В федеральном законе РФ «О борьбе с терроризмом».
- д. Все правильные ответы.

13. В каком документе сказано о непосредственных исполнителях в РФ, которые проводят мероприятия по противодействию террористическим актам?

- а. В Концепции национальной безопасности.
- б. В Военной доктрине РФ.
- в. В федеральном законе РФ «О борьбе с терроризмом».
- г. Все ответы правильные.

14. В соответствии с законом «О борьбе с терроризмом» общее руководство по борьбе с терроризмом в РФ возложено на:

- а. Правительство РФ;
- б. Федеральную службу безопасности (ФСБ);
- в. Министерство внутренних дел (МВД);
- г. Службу внешней разведки РФ;
- д. Федеральную службу охраны РФ;
- е. Министерство обороны РФ;
- ж. Все ответы правильные.

15. Какие органы или организации осуществляют непосредственные мероприятия по противодействию террористическим актам в РФ?

- а. Правительство РФ;
- б. Федеральную службу безопасности (ФСБ);
- в. Министерство внутренних дел (МВД);
- г. Службу внешней разведки РФ;
- д. Федеральную службу охраны РФ;
- е. Министерство обороны РФ;
- ж. Все ответы правильные.

16. 10 декабря 2002 года Правительством РФ утверждено «Положение о Федеральной антитеррористической комиссии». С какой целью создана антитеррористическая комиссия?

- а. Организации непосредственных мероприятий по противодействию терроризму в РФ.
- б. Для общего руководства по борьбе с терроризмом в РФ.
- в. Для координации мероприятий, обеспечивающих взаимодействие всех органов, осуществляющих борьбу с терроризмом.

17. Чем руководствуется в своей деятельности Федеральная антитеррористическая комиссия? Выберите правильные ответы.

- а. Конституцией РФ.
- б. Федеральными законами РФ.
- в. Указами и распоряжениями Президента РФ.
- г. Постановлениями и распоряжениями Правительства РФ.
- д. Все правильные ответы.

18. Что указано о борьбе с терроризмом в Уголовном кодексе РФ?

- а. Определены военно-политические, военно-стратегические основы государственной политики РФ в области национальной безопасности, борьбы с терроризмом.
- б. Определено кто и как проводит мероприятия по противодействию террористам в РФ.
- в. Определена ответственность перед государством за террористическую деятельность.

19. Что указано о борьбе с терроризмом в Концепции национальной безопасности и Военной доктрине РФ?

- а. Определены военно-политические, военно-стратегические основы государственной политики РФ в области национальной безопасности, борьбы с терроризмом.

б. Определено кто и как проводит мероприятия по противодействию террористам в РФ.

в. Определена ответственность за террористическую деятельность.

20. Что указано о борьбе с терроризмом в законе РФ «О борьбе с терроризмом»?

а. Определены военно-политические, военно-стратегические основы государственной политики РФ в области национальной безопасности, борьбы с терроризмом.

б. Кто и как проводит мероприятия по противодействию террористическим актам в РФ.

в. Определена ответственность перед государством за террористическую деятельность.

21. Что такое зона проведения контртеррористической операции?

а. Это определенные действия, согласованных по месту и времени, специальных подразделений государства направленных на обезвреживание террористов.

б. Это отдельные участки местности или акватории, транспортное средство, здание, строение, сооружение, помещение и прилегающие к ним территории или акватории, в пределах которых проводится операция по обезвреживанию террористов.

22. Что такое контртеррористическая операция?

а. Это определенные действия, согласованных по месту и времени, специальных подразделений государства направленных на обезвреживание террористов.

б. Это отдельные участки местности или акватории, транспортное средство, здание, строение, сооружение, помещение и прилегающие к ним территории или акватории, в пределах которых проводится операция по обезвреживанию террористов.

23. Как отличить зону контртеррористической операции от обычной зоны пространства? Назови отличительные признаки зоны антитеррористической акции.

а. Это места где люди празднуют.

б. Там много вооруженных людей.

в. Эта территория может быть ограждена ограждением.

г. Эти места или акватории обычно охраняются и туда никого не пропускают.

д. Там могут стрелять.

е. Там практически всегда присутствуют правоохранительные органы и кареты скорой помощи, пожарные.

ж. Все ответы правильные.

24. Что такое особый правовой режим?

а. В зоне антитеррористической операции вводятся, согласно действующего закона, ограничения для всех людей.

б. В зоне антитеррористической операции для всех людей вводятся дополнительные разрешительные действия.

25. Что включает в себя особый правовой режим в зоне антитеррористической операции?

а. Вводится временное или полное запрещение движения в этой зоне.

б. Проводится удаление граждан и отбуксировка транспортных средств с этой зоны.

в. Проводится проверка у граждан документов, при их отсутствии – задерживают их для установления личности.

г. Разрешается беспрепятственный вход в жилые помещения и иные места лицам проводящих операцию.

д. Проводить досмотр граждан и транспортных средств, провозимого груза при проходе (проезде) зоны антитеррористической операции или выходе (выезде) из нее.

е. Использовать в служебных целях средства связи, транспортные средства граждан и организаций в ходе проведения контртеррористической операции.

ж. Все ответы правильные.

26. Для чего вводится, в зоне проведения контртеррористической операции, особый режим? Найдите не правильные ответы.

а. Для облегчения действий всех участников контртеррористической операции.

б. Для облегчения действий террористов.

в. Для обеспечения защиты мирных граждан от действий террористов.

г. Для защиты захваченных террористов от неправомерного суда пострадавших и иных мирных граждан.

д. Для обеспечения соблюдения законности при выполнении контртеррористической операции.

27. Когда прекращается действие особых правил правового режима в зоне контртеррористической операции?

- а. Через один день после обезвреживания террористов.
- б. После окончания контртеррористической операции, проверки ее зоны и деятельности следственных органов.
- в. После обезвреживания террористов.
- г. Все правильные ответы.

ТЕМА 16. ГОСУДАРСТВЕННЫЕ СЛУЖБЫ ПО ОХРАНЕ ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОСТИ ГРАЖДАН

Цель занятия: Закрепить знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз.

Учебная карта занятия: закрепить знания о государственных службах, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; изучить нормативно-правовую базу государственных служб, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; определить основные функции государственных служб, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

- 1. Каковы функции противопожарной службы Российской Федерации
- 2. Какие задачи решает полиция Российской Федерации.
- 3. Охарактеризуйте деятельность службы скорой медицинской помощи.
- 4. Каковы функции государственной санитарно-эпидемиологической службы Российской Федерации.
- 5. Назовите принципы, лежащие в основе гидрометеорологической службы России.

ТЕМА 17. ИСТОРИЯ СОЗДАНИЯ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ. СТРУКТУРА ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Цель занятия: Закрепление теоретических знаний о роли ВС РФ как основы обороны государства и приобретение практических умений в составлении и решении тестов, ситуационных задач.

Учебная карта занятия: Определение роли Вооружённых Сил РФ как основы обороны государства. Закрепить знания ФЗ «Об обороне».

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Что понимается под обороной.
2. С какой целью создаются ВС РФ.
3. Что включает в себя организация обороны.
4. Что составляет основу военной организации государства.
5. Права и обязанности граждан Российской Федерации в области обороны.
6. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации.
7. Состояние войны.
8. Военное положение.

2. Учебные (ситуационные) задачи

1. Изучить материал учебника ОБЖ.
2. Выписать основные формулировки:
Что понимается под обороной.
С какой целью создаются ВС РФ.
Что включает в себя организация обороны.
Что составляет основу военной организации государства.

3. Тестовые задания.

1. В результате каких из перечисленных ниже реформ в России были созданы регулярные армия и флот, занимающие в Европе ведущее место по организации, вооружению и боевой подготовке?
 - а) реформы середины XVI века;
 - б) реформы начала XVIII века;
 - в) реформы второй половины XIX века;

- г) реформы начала XX века.
2. Укажите виды Вооруженных Сил Российской Федерации.
- а) Сухопутные войска;
 - б) Ракетные войска стратегического назначения;
 - в) Космические войска;
 - г) Военно-воздушные силы;
 - д) Воздушно-десантные войска;
 - е) Военно-Морской Флот.
3. В задачи каких войск входит обнаружение стартов баллистических ракет и предупреждение о ракетном нападении?
- а) Ракетные войска стратегического назначения;
 - б) Войска противовоздушной обороны;
 - в) Космические войска;
 - г) Специальные войска.
4. Какие рода авиации входят в состав Военно-воздушных сил?
- а) бомбардировочная авиация;
 - б) штурмовая авиация;
 - в) истребительная авиация;
 - г) морская авиация;
 - д) армейская авиация;
 - е) разведывательная авиация;
 - ж) транспортная авиация;
 - з) специальная авиация;
 - и) авиация противовоздушной обороны.
5. В Федеральном законе «Об обороне» определено, что оборона — это:
- а) вооруженная организация государства, обеспечивающая защиту интересов Российской Федерации от агрессии со стороны других стран;
 - б) комплекс военных реформ, направленных на совершенствование защиты Российской Федерации от агрессии;
 - в) система политических, экономических, военных, социальных, правовых и иных мер по подготовке к вооруженной защите и вооруженная защита Российской Федерации, целостности и неприкосновенности ее территорий.

6. Какие из указанных ниже войск не входят в состав Вооруженных Сил Российской Федерации?
- а) инженерно-технические и дорожно-строительные войска;
 - б) инженерные войска, войска связи, войска радиационной, химической и биологической защиты;
 - в) Росгвардия;
 - г) войска гражданской обороны.
7. Наиболее важную роль в укреплении нашего государства сыграли военные реформы, проведенные:
- а) в середине XVI века Иваном IV;
 - б) в начале XVII века Дмитрием Пожарским;
 - в) в первой четверти XVIII века Петром I;
 - г) во второй половине XVIII века Л. В. Суворовым;
 - д) в 1860-1870 гг. Д. А. Милютиным;
 - е) в 1905-1912 гг. после поражения в русско-японской войне.
8. В состав Сухопутных войск Вооруженных Сил Российской Федерации входят:
- а) Воздушно-десантные войска;
 - б) Мотострелковые войска;
 - в) Танковые войска;
 - г) Ракетные войска;
 - д) Ракетные войска и артиллерия;
 - е) Войска противовоздушной обороны.
9. Военно-Морской Флот включает несколько родов сил:
- а) подводные;
 - б) водные;
 - в) надводные;
 - г) морская авиация;
 - д) речная авиация;
 - е) береговые войска.
10. Тыл Вооруженных Сил — это:
- а) силы и средства, предназначенные для ведения боевых действий в тылу противника;
 - б) силы и средства, осуществляющие тыловое и техническое обеспечение армии и флота в мирное и военное время;
 - в) вид войск, предназначенный для поддержания порядка в тыловых районах.

11. Законом Российской Федерации «О безопасности» установлено, что безопасность — это:

- а) условия, при которых обеспечена целостность и неприкосновенность территории государства;
- б) состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз;
- в) состояние экономики, при котором исключается любая агрессия со стороны другого государства.

12. Военная служба, как особый вид федеральной государственной службы, исполняется не только в Вооруженных Силах Российской Федерации, но и в других войсках. Укажите в каких.

- а) внутренние войска Министерства внутренних дел РФ;
- б) дорожно-строительные войска;
- в) инженерно-технические войска;
- г) войска гражданской обороны.

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

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

14. Нарезное стрелковое оружие в российской армии появилось:

- а) после Крымской войны;
- б) после войны со шведами.
- в) перед первой мировой войной.

15. Современные ВС РФ были образованы в?

- а) 1980г;
- б) 1990г;
- в) 1992г;
- г) 2000г.

16. Виды ВС образованы:

- а) согласно сферам применения (суша, воздух, космос, море);
- б) на принципе востребованности;
- в) согласно плана Генерального штаба.

17. Основу вооруженных сил Московского государства в XVI в составляли:

- а) Ополчение;
- б) Рабы;
- в) Пехота;
- г) Морской флот;
- д) Дворянские формирования.

18. Ракетные войска стратегического назначения – это:

- а) войска, оснащённые ракетно-ядерным оружием, предназначенные для нанесения удара по противнику;
- б) войска, оснащённые ракетным оружием, предназначенные для нанесения удара по противнику в любой точке земного шара;
- в) войска, оснащенные ракетно-ядерным оружием, предназначенные для выполнения стратегических задач.

19. Сухопутные войска – это:

- а) вид Вооружённых Сил, предназначенный для ведения боевых действий преимущественно на суше;
- б) вид войск, предназначенный для решения стратегических и локальных задач;
- в) род войск, предназначенный для выполнения любых боевых задач при ведении военных действий.

20. Военно-Воздушные Силы – это:

- а) вид Вооружённых Сил, предназначенный для нанесения ударов по авиационным, сухопутным и морским группировкам противника, его административно-политическим, промышленно-экономическим центрам в целях дезорганизации государственного и военного управления, нарушения работы тыла и транспорта, а также ведения воздушной разведки и воздушных перевозок;
- б) вид войск, предназначенный для ведения боевых действий в воздухе, подавления живой силы и техники противника, переброски в заданные районы Воздушно-десантных войск, поддержки в военных операциях частей и соединений ВМФ и Сухопутных войск;
- в) род войск, предназначенный для выполнения боевых задач в воздухе при ведении боевых действий как на своей территории, так и на территории противника.

21. Воздушно-десантные войска – это:

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

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

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

22. Тыл Вооружённых Сил – это:

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

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

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

23. Специальные войска предназначены для:

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

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

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

ТЕМА 18. ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ

Цель занятия: Завершить формирование целостного представления о воинской обязанности и военной службе.

Учебная карта занятия: Военная служба — важнейший вид деятельности граждан Российской Федерации по вооруженной защите Отечества. Законом об обороне установлена воинская обязанность граждан.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Каким законом установлена воинская обязанность граждан Российской Федерации.

2. Какой законодательный акт обуславливает содержание, формы и порядок исполнения воинской обязанности в Российской Федерации.

3. На каких основаниях происходит зачисление граждан на военную службу в процессе комплектования ВС РФ личным составом.

4. Кто подлежит призыву на военную службу в Российской Федерации

ТЕМА 19. ПРИЗЫВ НА ВОЕННУЮ СЛУЖБУ. ПРОХОЖДЕНИЕ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ ПО КОНТРАКТУ

Цель занятия: Завершить формирование целостного представления о воинской обязанности и военной службе.

Учебная карта занятия: Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

1. Вопросы для подготовки к занятию

1. Как, каким образом осуществляется постановка граждан Российской Федерации на воинский учет.

2. Какие существуют категории годности к военной службе в Российской Федерации.

3. Какие обязанности возлагаются на граждан Российской Федерации по воинскому учету.

4. Какие существуют виды подготовки юношей к военной службе в Российской Федерации.

5. Каков порядок прохождения военной службы.

2. Тестовые задания

1. Воинская обязанность – это:

а) особый вид государственной службы» исполняемой в Вооруженных Силах» других войсках, органах и воинских формированиях;

б) система знаний о подготовке и ведении военных действий;

в) установленный законом почетный долг граждан с оружием в руках защищать свое Отечество» нести службу в рядах Вооружен-

ных Сил, проходить вневоинскую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности.

2. Граждане Российской Федерации проходят военную службу:

- а) по призыву и в добровольном порядке (по контракту);
- б) только по призыву;
- в) только в добровольном порядке (по контракту);
- г) в порядке воинской повинности.

3. Увольнение с военной службы — это:

- а) регулярный отдых, предоставляемый в соответствии с законодательством всем военнослужащим;
- б) краткосрочный отпуск из расположения воинской части;
- в) установленное законом освобождение от дальнейшего несения службы в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации, других войсках, воинских формированиях и органах.

4. Каким законом определены права, свободы, обязанности и ответственность военнослужащих?

- а) Федеральным законом «Об обороне»;
- б) Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе»;
- в) Федеральным законом «О статусе военнослужащих»;
- г) Федеральным законом «О мобилизационной подготовке и мобилизации в Российской Федерации».

5. Что является неперенным условием для реализации права на замену военной службы альтернативной гражданской службой?

- а) желание близких родственников;
- б) наличие двух и более детей;
- в) наличие ребенка-инвалида в возрасте до трех лет;
- г) противоречие несения военной службы убеждениям или вероисповеданию, а также другие случаи, установленные федеральным законом;
- д) устойчивое нежелание выполнять обязанности военной службы.

6. Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации подразделяются:

- а) на боевые и строевые;
- б) на боевые и общевойсковые;
- в) на боевые, строевые, тактические и гарнизонные;
- г) на дисциплинарные и строевые.

7. Права и обязанности военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, взаимоотношения между ними, правила внутреннего распорядка определяет:

а) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации;

б) Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации;

в) Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации;

г) Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации.

8. Виды поощрений и взысканий, права командиров по их применению, порядок подачи и рассмотрения обращений (предложений, заявлений и жалоб) определяет:

а) Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации;

б) Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации;

в) Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации;

г) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации.

9. Не подлежат призыву на военную службу граждане:

а) имеющие предусмотренную государственной системой аттестации ученую степень;

б) отбывающие наказание в виде обязательных работ, исправительных работ, ограничения свободы, ареста или лишения свободы;

в) имеющие неснятую или непогашенную судимость за совершение преступления;

г) имеющие двух и более детей;

д) в отношении которых ведется дознание или предварительное следствие, а также уголовное дело передано в суд;

е) имеющие ребенка, воспитываемого без матери.

10. Началом военной службы для граждан, не пребывающих в запасе и призванных на службу, считается:

а) день принятия Военной присяги;

б) день убытия из военного комиссариата к месту службы;

в) день прибытия к месту военной службы;

г) день прибытия в военный комиссариат.

11. Первый контракт о прохождении военной службы вправе заключать граждане в возрасте:
- а) от 18 до 27 лет;
 - б) от 18 до 30 лет;
 - в) от 18 до 35 лет;
 - г) от 18 до 40 лет.
12. Для военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, общая продолжительность службы по призыву и первому контракту для солдат, матросов, сержантов и старшин должна составлять:
- а) 3 года;
 - б) 4 года;
 - в) 5 лет;
 - г) 6 лет.
13. Система воинских званий для всех составов военнослужащих установлена:
- а) Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе»;
 - б) Федеральным законом «Об обороне»;
 - в) Федеральным законом «О статусе военнослужащих»;
 - г) Уставом внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации.
14. Какими законами определено правовое положение (статус) военнослужащих?
- а) Федеральным законом «О безопасности»;
 - б) Федеральным законом «Об обороне»;
 - в) Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе»;
 - г) Федеральным законом «О статусе военнослужащих».
15. К дисциплинарной ответственности привлекают военнослужащих:
- а) за противоправные виновные действия (бездействие), предусматривающие административную ответственность;
 - б) за противоправные виновные действия (бездействие) выражающиеся в нарушении воинской дисциплины, которые не влекут за собой уголовную или административную ответственность;
 - в) за противоправные виновные действия (бездействие), предусматривающие уголовную ответственность;
 - г) за противоправные виновные действия (бездействие), вы-

ражающиеся в нарушении воинской дисциплины, которые влекут за собой административную и уголовную ответственность.

16. Военнослужащих привлекают к административной ответственности;

а) на общих основаниях только в соответствии с законодательством об административных правонарушениях;

б) только в соответствии с Дисциплинарным уставом Вооруженных Сил Российской Федерации;

в) на общих основаниях в соответствии с законодательством об административных правонарушениях, но с учетом некоторых особенностей.

17. Военнослужащие подлежат уголовной ответственности:

а) за совершение общеуголовных преступлений;

б) за совершение преступлений против военной службы;

в) за совершение грубых дисциплинарных проступков;

г) за совершение серьезных административных правонарушений.

18. Каким из федеральных законов установлены права, свободы, обязанности и ответственность военнослужащих, а также основы государственной политики по правовой и социальной защите военнослужащих, граждан, уволенных с военной службы и членов их семей?

а) Федеральным законом «Об обороне»;

б) Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе»;

в) Федеральным законом «О статусе военнослужащих».

19. Официальные нормативные правовые документы, регламентирующие повседневную деятельность военнослужащих, жизнь, быт и несение службы в вооруженных силах, подготовку личного состава, определяющие основы боевых действий войск — это:

а) приказы командиров и начальников;

б) официальные распоряжения;

в) воинские уставы;

г) организационные указания.

20. Права и обязанности военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, взаимоотношение между ними, обязанности основных должностных лиц полка и его подразделений определяет:

а) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации;

б) Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации;

в) Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации;

г) Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации.

21. Все военнослужащие независимо от воинского звания и воинской должности равны перед законом и могут привлекаться:

а) к административной, материальной и уголовной ответственности;

б) к дисциплинарной, материальной и уголовной ответственности;

в) к дисциплинарной, административной, материальной, гражданско-правовой и уголовной ответственности;

г) к дисциплинарной, административной и гражданско-правовой ответственности.

22. В каких случаях увеличивается строгость наложенного дисциплинарного взыскания?

а) если проступок совершен во время боевого дежурства (боевой службы);

б) если проступок совершен в состоянии опьянения;

в) если проступок совершен в выходной день;

г) если проступок совершен при исполнении должностных или специальных обязанностей;

д) если проступок совершен во время отпуска;

е) если проступок привел к существенному нарушению внутреннего распорядка.

23. В Вооруженных Силах Российской Федерации, других войсках, воинских формированиях и органах установлены следующие составы военнослужащих:

а) юнги и курсанты, солдаты и матросы, сержанты и старшины, боцманы, прапорщики и мичманы, младшие офицеры и старшие офицеры, генералы;

б) солдаты и матросы, сержанты и старшины, прапорщики и мичманы, офицеры и генералы;

в) курсанты, солдаты и матросы, сержанты и старшины, прапорщики и мичманы, младшие офицеры, средние офицеры, старшие офицеры, высшие офицеры;

г) солдаты и матросы, сержанты и старшины, прапорщики и мичманы, младшие офицеры, старшие офицеры, высшие офицеры.

24. Граждан, признанных негодными к военной службе:

- а) зачисляются в запас;
- б) направляют на лечение;
- в) направляют на альтернативную гражданскую службу;
- г) снимают с воинского учета.

25. При несении военной службы на военнослужащих возлагается выполнение:

- а) общих обязанностей;
- б) частных обязанностей;
- в) специфических обязанностей;
- г) должностных обязанностей;
- д) персональных обязанностей;
- е) специальных обязанностей.

ТЕМА 20. КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩЕГО. ПАТРИОТИЗМ

Цель занятия: изучение требований воинского долга и его значение для защиты Отечества. Воспитание патриотизма – духовно-нравственной основы личности.

Учебная карта занятия: Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Изучить материал учебника. Составить тезисный конспект. Ответить на контрольные вопросы.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

- 1. Что такое боевые традиции ВС РФ.
- 2. Каковы важнейшие традиции Российских Вооруженных Сил.
- 3. Что Вы понимаете под «патриотизмом».
- 4. Какие личные качества отличают военнослужащих, обладающих высоким чувством воинского долга.
- 5. Перечислите наиболее значимые боевые традиции Российских Вооруженных Сил.
- 6. Как вы думаете, почему патриотизм и верность воинскому долгу являются главными нравственными качествами военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации.

7. Какое значение для боевой готовности и боеспособности подразделений и частей имеют дружба и войсковое товарищество.

2. Учебные (ситуационные) задачи

Подготовьте примеры из различных публикаций и художественной литературы о дружбе и войсковом товариществе российских воинов.

Подготовить сообщение «Участие члена семьи в боевых действиях (Великая Отечественная война, участие в боевых действиях на территории Северного Кавказа)».

ТЕМА 21. БОЕВЫЕ ТРАДИЦИИ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ

Цель занятия: Закрепление теоретических знаний о порядке приема Военной присяги, заучивание Военной присяги наизусть.

Учебная карта занятия: Отработка порядка приема Военной присяги. Закрепить теоретические знания о порядке приема Военной присяги.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Что такое присяга
2. Каким законом утвержден текст ныне действующей военной присяги
3. В каком Уставе описана процедура приведения к военной присяге
4. Расскажите слова присяги наизусть.

2. Учебные (ситуационные) задачи

1. Выучить слова Военной присяги наизусть.
2. Записать слова присяги в тетрадь для практических работ.
3. Рассказать присягу наизусть.

3. Тестовые задания.

1. Воинская честь — это:

а) самоотверженное, мужественное исполнение военнослужащим своего воинского долга и служебных обязанностей в мирное и военное время;

б) внутренние, нравственные качества, достоинство воина, характеризующие его поведение, отношение к коллективу и выполнению воинского долга;

в) морально-психологическое и боевое качество воина, характеризующее его способность устойчиво переносить длительные физические нагрузки, психическое напряжение и сохранять при этом присутствие духа, а в опасных ситуациях проявлять высокую боевую активность.

2. Совершение выдающихся по значению действий, отвечающих интересам общества и требующих от человека личного мужества, стойкости, готовности к самопожертвованию — это:

а) героизм;

б) патриотизм;

в) воинская честь;

г) мужество.

3. Воинский коллектив — это:

а) случайно образовавшаяся с какой-либо целью группа воинов;

б) относительно обособленное, организационно оформленное и руководимое командиром объединение военнослужащих, связанное общностью цели и воинской дисциплиной;

в) обособленная и компактная группа военнослужащих.

4. По состоянию внутриколлективных отношений воинские коллективы подразделяют на три типа:

а) с удовлетворительным уровнем;

б) с низким уровнем;

в) со средним уровнем;

г) с хорошим уровнем;

д) с отличным уровнем;

е) с высоким уровнем.

5. Морально-правовая норма взаимоотношений между военнослужащими в воинском коллективе, непосредственно влияющая на его сплоченность и боеспособность, — это:

а) воинский долг;

- б) воинская обязанность;
- в) войсковое товарищество;
- г) личная дисциплинированность.

6. Государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги — это:

- а) почетные звания Российской Федерации;
- б) ведомственные знаки отличия;
- в) ценные подарки;
- г) ордена Российской Федерации;
- д) медали Российской Федерации.

7. Воинские ритуалы — это:

- а) специальные действия, совершаемые в воинских подразделениях в праздничные дни;
- б) повседневные мероприятия, предусмотренные воинскими уставами при несении внутренней, гарнизонной и караульной служб;
- в) торжественные церемонии, совершаемые в повседневных условиях, во время праздничных торжеств и других случаях;
- г) плановые мероприятия, выполняемые в частях и подразделениях в соответствии с требованиями воинских уставов.

8. Какие из приведенных ниже воинских ритуалов следует отнести к ритуалам учебно-боевой деятельности?

- а) посвящение в боевую специальность;
- б) заступление на боевое дежурство;
- в) вручение Боевого знамени;
- г) чествование ветеранов;
- д) развод и смена караулов;
- е) встреча почетных гостей;
- ж) строевой смотр;
- з) торжественный марш;
- и) общая вечерняя поверка в части.

9. Боевые традиции — это:

- а) нормы, определяющие психологические и нравственные качества военнослужащих в период прохождения военной службы;
- б) юридически установленные правила и требования к несению военной службы;
- в) стихийно сформировавшиеся правила и нормы выполнения боевых задач;
- г) исторически сложившиеся в армии и на флоте и пере-

дающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с выполнением боевых задач и несением воинской службы.

10. Морально-психологическое и боевое качество воина, характеризующее его способность устойчиво переносить длительные физические нагрузки, психическое напряжение и сохранять при этом присутствие духа, а в опасных ситуациях проявлять высокую боевую активность — это:

- а) героизм;
- б) воинская честь;
- в) мужество;
- г) воинская доблесть.

11. Самоотверженное, мужественное исполнение военнослужащим своего воинского долга и служебных обязанностей в мирное и военное время — это:

- а) героизм;
- б) воинская честь;
- в) мужество;
- г) воинская доблесть.

12. Внутренние, нравственные качества, достоинство воина, характеризующие его поведение, отношение к коллективу и выполнению воинского долга — это:

- а) воинское мастерство;
- б) воинская доблесть;
- в) мужество;
- г) воинская честь.

13. Воинский коллектив — это:

- а) несколько военнослужащих, случайно объединившихся для какой-то цели;
- б) группа военнослужащих, объединенных совместным воинским трудом и общими интересами в военном деле;
- в) создаваемая на время выполнения какой-либо задачи группа военнослужащих.

14. В каких формах проявляется войсковое товарищество?

- а) принципиальная оценка поведения товарищей;
- б) закрытость в оценке успехов и неудач сослуживцев;
- в) взаимная выручка в бою;
- г) взаимная помощь в учебе и службе

- д) уважение к сослуживцам
- е) настороженность в отношении действий других военнослужащих.

ТЕМА 22. РИТУАЛЫ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ И СИМВОЛЫ ВОИНСКОЙ ЧЕСТИ

Цель занятия: Закрепление знаний о героизме, войсковом товариществе и приобретение практических умений при работе с учебником.

Учебная карта занятия: Изучение примеров героизма и войскового товарищества российских воинов. Изучить материал учебника. Составить тезисный конспект. Ответить на контрольные вопросы

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Назовите основные понятия и определения патриотизма российского гражданина и воина.
2. В чем выражается воинский долг военнослужащих ВС РФ.
3. Каково значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.

2. Учебные (ситуационные) задачи

Заполнить таблицу «Общие и специальные обязанности военнослужащих»

ТЕМА 23. ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Цель занятия: Закрепление теоретических знаний по проведению реанимационной помощи, приобретение практических умений искусственной вентиляции легких, непрямого массажа сердца

Учебная карта занятия: Составить алгоритм проведения реанимации. Научиться проводить искусственную вентиляцию легких, непрямой массаж сердца на тренажере.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Что означает терминальное состояние?
2. Сколько терминальных состояний знаете?
3. Опишите терминальные состояния.
4. Признаки клинической смерти.
5. Этапы реанимации.
6. Назовите способы искусственной вентиляции легких.

2. Учебные (ситуационные) задачи

Изучить материал учебника составить алгоритм реанимационной помощи.

Проведение реанимационной помощи на тренажере – Гоша.

ТЕМА 24. ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТРАВМАХ

Цель занятия: Закрепление теоретических знаний оказания помощи при кровотечениях, переломах, профилактике осложнений ран, приобретение практических умений наложения повязок, закрутки, шин.

Учебная карта занятия: Научиться останавливать кровотечения при помощи закрутки.

Научиться накладывать повязки на голову, руки, ноги. Научиться накладывать шины.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Дайте формулировку кровотечению.
2. Перечислите виды кровотечений.
3. Что такое асептика.
4. Что такое антисептика.
5. Перечислите виды ран.
6. Какие способы остановки кровотечений существуют.
7. Назовите виды переломов, перечислите признаки переломов.
8. Как оказать помощь при открытом переломе.
9. Как оказать помощь при закрытом переломе.

2. Учебные (ситуационные) задачи

Работа в парах: наложить закрутку, наложить повязки на руку, голову, ногу, наложить шину при переломе голени.

3. Тестовые задания.

1. Ушиб — это:

а) повреждение тканей организма в результате механического воздействия не очень большой силы, сопровождающееся нарушением целостности кожи и слизистых оболочек;

б) местное открытое повреждение тканей и органов с нарушением целостности внешних покровов;

в) повреждение тканей в результате смещения костей в области сустава относительно друг друга;

г) закрытое повреждение тканей, часто с разрывом мелких кровеносных сосудов вследствие удара твердым тупым предметом или падения на твердую поверхность.

2. Укажите последовательность оказания первой медицинской помощи при ушибах.

а) обеспечить поврежденному месту покой;

б) доставить пострадавшего в лечебное учреждение;

в) наложить на место ушиба тугую повязку;

г) наложить на место ушиба холод.

3. Какие из приведенных ниже признаков свидетельствуют о растяжении?

а) незначительный кровоподтек, превращающийся в синяк;

б) появление на коже западения (вмятинки), ниже которого заметно выпячивание;

в) боль при малейшем движении;

г) припухлость (отек);

д) ограничение подвижности.

4. Разрыв связок, мышц, сухожилий сосудов и нервов, как правило, вызывает:

а) медленное механическое воздействие на мягкие ткани с умеренной силой;

б) быстрое механическое воздействие на мягкие ткани с большой силой;

в) умеренное механическое воздействие на мягкие ткани с не очень большой силой;

г) закрытое повреждение тканей, часто с разрывом мелких кровеносных сосудов и образованием кровоподтеков от удара твердым тупым предметом или падения на твердую поверхность.

5. Укажите последовательность оказания первой медицинской помощи при разрывах связок и мышц.

а) если повреждена конечность, придать ей возвышенное положение;

б) дать пострадавшему обезболивающее средство;

в) доставить пострадавшего в лечебное учреждение;

г) на поврежденное место наложить холод;

д) наложить тугую повязку и обеспечить покой поврежденному месту.

6. Признаками вывиха обычно являются:

а) изменение формы сустава;

б) бугристые образования на позвоночнике;

в) необычное положение конечности, изменение ее длины;

г) боль в суставе, невозможность движения в нем;

д) сонливость.

7. Перелом — это:

а) внезапное смещение суставных концов костей за пределы их нормальной подвижности, иногда с разрывом суставной сумки и связок и выходом суставного конца одной из костей из сумки;

б) внезапное нарушение целостности кости в результате механического воздействия;

в) внезапный выход кости за пределы обычной амплитуды движений.

8. Укажите последовательность оказания первой медицинской помощи при открытом переломе.

а) дать пострадавшему обезболивающее средство;

б) остановить кровотечение и обработать края раны антисептиком;

в) провести иммобилизацию (обездвижение) конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения;

г) на рану в области перелома наложить стерильную повязку;

д) доставить пострадавшего в лечебное учреждение.

9. О травмах головы и позвоночника обычно свидетельствуют следующие признаки:

- а) изменение уровня сознания (спутанность сознания, сонливость);
- б) сильная боль, кровотечение в области головы, шеи или спины;
- в) покалывание или потеря чувствительности в пальцах рук и ног;
- г) необычные бугристые образования на голове или позвоночнике;
- д) боли в глотке и пищеводе;
- е) судороги;
- ж) нарушение зрения;
- з) выделение крови из ушей или носа;
- и) потеря равновесия.

10. Выберите из перечисленных ниже действий те, которые надо выполнить при подозрении на сотрясение головного мозга.

- а) вызвать «скорую помощь»;
- б) предложить пострадавшему самостоятельно обратиться в ближайшее лечебное учреждение;
- в) дать пострадавшему горячий чай или кофе;
- г) обеспечить пострадавшему абсолютный покой;
- д) приложить к его голове холодный компресс.

11. Укажите последовательность оказания первой медицинской помощи при переломе ребер.

- а) придать пострадавшему возвышенное положение полусидя (полулежа);
- б) направить пострадавшего в лечебное учреждение (в положении сидя или полулежа) либо вызвать «скорую помощь»;
- в) наложить тугую бинтовую повязку на грудную клетку, делая первые ходы бинта в состоянии выдоха у пострадавшего;
- г) дать пострадавшему обезболивающее средство.

ТЕМА 25. ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ ПРИ КРОВОТЕЧЕНИЯХ

Цель занятия: Закрепление теоретических знаний оказания помощи при кровотечениях, переломах, профилактике осложнений ран, приобретение практических умений наложения повязок, закрутки, шин.

Учебная карта занятия: Изучить понятия и виды кровотечений. Отработать способы остановки кровотечений. Воспитывать внимательность и аккуратность при оказании помощи при кровотечениях

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Что называется кровотечением?
2. Охарактеризовать артериальное кровотечение:
 - по цвету крови;
 - по интенсивности выброса из раны.
3. Отработать приём остановки кровотечения пальцевым прижатием.
4. Отработать способ остановки кровотечения с помощью кровоостанавливающего резинового жгута.
5. Отработать способ остановки кровотечения с помощью матерчатого жгута.
6. Охарактеризовать венозное кровотечение:
 - по цвету крови;
 - по интенсивности выброса из раны.
7. Отработать способ остановки кровотечения с помощью максимально фиксированного сгибания конечности.

2. Учебные (ситуационные) задачи

Письменно ответить на вопросы:

1. Капиллярное кровотечение. Оказание доврачебной помощи.
2. Внутреннее (паренхиматозное) кровотечение. Оказание доврачебной помощи
3. Наиболее эффективные способы остановки кровотечения. Почему? Дать характеристику

ТЕМА 26. ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОЖОГАХ

Цель занятия: Получить навыки оказания **первой неотложной помощи** при ожогах, отморожениях, отравлении

Учебная карта занятия: Первая (доврачебная) помощь при перегревании, переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

1. Что такое ожог.
2. Как различают термические ожоги по степени тяжести.
3. Каковы признаки обморожения? Как различают обморожения по степени тяжести.
4. Что понимают под отравлением организма.

2. Учебные (ситуационные) задачи

1. Каковы признаки обморожения.
2. Как различают обморожения по степени тяжести.

3. Тестовые задания

1. Признаками теплового удара являются:
 - а) возбужденное состояние;
 - б) судорожное сокращение мышц;
 - в) слабость;
 - г) головная боль;
 - д) ощущение жажды;
 - е) вздутие живота;
 - ж) повышенная температура тела;
 - з) иногда рвота.
2. Какие из перечисленных ниже факторов способствуют развитию отморожения?
 - а) слишком просторная обувь;
 - б) тесная и влажная обувь;
 - в) быстрая ходьба;
 - г) высокая подвижность;
 - д) алкогольное опьянение;
 - е) общая усталость.

3. При оказании первой медицинской помощи при местном ожоге необходимо:

- а) разрезать и удалить части одежды с места ожога;
- б) смазать ожог жиром или мазью;
- в) протереть место ожога спиртовым раствором;
- г) удалить инородные тела с места ожога;
- д) наложить на место ожога стерильную повязку;
- е) дать пострадавшему обезболивающее средство;
- ж) доставить пострадавшего в лечебное учреждение,

4. Электротравма — это;

- а) повреждение, возникающее при воздействии молнии или электрического тока высокого напряжения;
- б) повреждение, возникающее при воздействии электрического тока низкого напряжения;
- в) повреждение, возникающее при воздействии на организм потока электронов,

5. Укажите основные факторы, определяющие степень поражения электрическим током.

- а) сила тока;
- б) напряженность электрического поля;
- в) электромагнитная совместимость;
- г) частота тока;
- д) время воздействия тока;
- е) путь прохождения тока через тело человека.

6. Во время грозы необходимо выполнять следующие правила безопасности:

- а) без необходимости не выходить из дома;
- б) закрыть окна, двери и дымоходы;
- в) отключить от сети радио и телевизоры;
- г) во время прогулки укрыться на возвышенном месте под деревом;
- д) в лесу укрыться под высоким деревом, лучше под сосной или дубом;
- е) находясь у воды, отойти подальше от берега.

7. Укажите последовательность оказания первой помощи при наркотическом отравлении.

- а) очистить дыхательные пути;
- б) дать понюхать ватку, смоченную нашатырным спиртом;

- в) вызвать скорую помощь;
 - г) уложить пострадавшего на бок или живот.
8. Працевидную повязку накладывают при ранении:
- а) подбородка;
 - б) живота;
 - в) затылка;
 - г) груди;
 - д) носа.
9. Какой способ остановки кровотечения является наиболее надежным?
- а) наложение стерильной давящей повязки;
 - б) пальцевое прижатие;
 - в) наложение кровоостанавливающего жгута;
 - г) максимальное сгибание конечности.
10. Какое время кровоостанавливающий жгут может находиться на поврежденной конечности зимой?
- а) до 30 минут;
 - б) до 1 часа;
 - в) до 1,5 часов;
 - г) до 2 часов.
11. Если из раны пульсирующей струей вытекает кровь алого цвета, то это:
- а) венозное кровотечение;
 - б) капиллярное кровотечение;
 - в) артериальное кровотечение;
 - г) паренхиматозное кровотечение.
12. Укажите последовательность оказания первой помощи при ушибе.
- а) ограничить подвижность пораженного участка;
 - б) приложить холодный компресс (двойной полиэтиленовый пакет со льдом, снегом или холодной водой);
 - в) наложить тугую повязку.
13. Укажите последовательность оказания первой помощи для профилактики травматического шока.
- а) остановить кровотечение;
 - б) согреть пострадавшего;
 - в) бережно доставить пострадавшего в лечебное учреждение;
 - г) иммобилизовать поврежденную часть тела;

- д) дать пострадавшему обильное питье;
- е) дать пострадавшему обезболивающее средство.

14. При оказании медицинской помощи пострадавшему от теплового удара следует:

- а) дать пострадавшему успокоительное средство;
- б) вынести пострадавшего на свежий воздух, в прохладное место;
- в) приложить к голове пострадавшего холодный компресс;
- г) поить пострадавшего горячим чаем или кофе;
- д) поить пострадавшего холодным чаем или подсоленной водой;
- е) вызвать «скорую помощь»;
- ж) обеспечить пострадавшему постельный режим.

15. Бледность, снижение чувствительности кожи, появление пузырей на вторые-третьи сутки свидетельствуют об отморожении:

- а) первой степени;
- б) второй степени;
- в) третьей степени;
- г) четвертой степени.

16. Первая медицинская помощь при отравлении алкоголем заключается в:

- а) выведении пострадавшего на свежий воздух;
- б) вызывании у него рвотного эффекта;
- в) промывании пострадавшему желудка теплой водой с добавлением активированного угля;
- г) при необходимости выполнении реанимационных мероприятий;
- д) приложении к голове согревающего компресса;
- е) при бессознательном состоянии пострадавшего обеспечении проходимости его дыхательных путей;
- ж) употреблении пострадавшим слабительного средства (натрия сульфата);
- з) вызове «скорой помощи» при тяжелом состоянии.

17. К какой степени травмирования следует отнести потерю сознания и нарушение сердечной деятельности и дыхания в результате электрического удара?

- а) первая степень;
- б) вторая степень;
- в) третья степень;
- г) четвертая степень.

18. Выберите средства, устройства и инструменты, применяемые для индивидуальной защиты человека от поражения электрическим током.

- а) система заземления электрического прибора;
- б) система зануления электрического прибора;
- в) диэлектрические перчатки, галоши, боты;
- г) диэлектрические коврики;
- д) слесарно-монтажный инструмент с изолированными рукоятками;
- е) система автоматического защитного отключения электрического прибора при возникновении опасности поражения электрическим током.

19. Укажите последовательность оказания первой медицинской помощи при ранении.

- а) удалить стерильным пинцетом из раны, не касаясь ее, свободно лежащие инородные тела (обрывки одежды, осколки стекла и т. д.);
- б) обработать кожу вокруг раны;
- в) остановить кровотечение;
- г) наложить на рану ватно-марлевую повязку;
- д) доставить пострадавшего в лечебное учреждение.

20. На какие виды подразделяют кровотечения в зависимости от характера поврежденных сосудов?

- а) венозное
- б) артериальное
- в) носовое
- г) поверхностное
- д) капиллярное
- е) глубокое
- ж) паренхиматозное
- з) наружное
- и) внутреннее

21. Какую информацию необходимо указать в записке, прикрепляемой к кровоостанавливающему жгуту?

- а) фамилию, имя, отчество пострадавшего и дату наложения жгута;
- б) время получения ранения и дату наложения жгута;
- в) точное время и дату наложения жгута, фамилию наложившего этот жгут.

22. На какое время накладывают кровоостанавливающий жгут на поврежденную конечность зимой?

- а) не более 1 часа;
- б) не более 2 часов;
- в) не более 3 часов;
- г) не более 4 часов

ТЕМА 27. ПЕРВАЯ РЕАНИМАЦИОННАЯ ПОМОЩЬ. ИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Цель занятия: Закрепление теоретических знаний по проведению реанимационной помощи, приобретение практических умений искусственной вентиляции легких, непрямого массажа сердца.

Учебная карта занятия: Составить алгоритм проведения реанимации. Научиться проводить искусственную вентиляцию легких, непрямой массаж сердца на тренажере.

1. Вопросы для подготовки к занятию:

- 1. Что такое дыхание.
- 2. Как осуществляется процесс дыхания.
- 3. Что такое терминальное состояние.
- 4. Что такое реанимация.
- 5. Что подразумевают под искусственным дыханием.
- 6. Каковы показания к применению искусственного дыхания.
- 7. В чем заключается особенность проведения искусственного дыхания при наличии в воздухе отравляющих веществ.

2. Учебные (ситуационные) задачи

Проведение реанимационной помощи на тренажере – Гоша.

ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ (ДОКЛАДОВ), ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ

- Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
- Взаимодействие человека и среды обитания.
- Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
- Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
- Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.
- Факторы, способствующие укреплению здоровья.
- Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
- Роль физической культуры в сохранении здоровья.
- Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
- Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
- Табакокурение и его влияние на здоровье.
- Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
- Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
- Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
- Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
- Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
- Терроризм как основная социальная опасность современности.
- Космические опасности: мифы и реальность.
- Современные средства поражения и их поражающие факторы.
- Оповещение и информирование населения об опасности.
- Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
- Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
- МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
- Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.

- Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.
- Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
- Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
- Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
- Символы воинской чести.
- Патриотизм и верность воинскому долгу.
- Дни воинской славы России.
- Города-герои Российской Федерации.
- Города воинской славы Российской Федерации.
- Профилактика инфекционных заболеваний.
- Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
- СПИД — чума XXI века.
- Оказание первой помощи при бытовых травмах.
- Духовность и здоровье семьи.
- Здоровье родителей — здоровье ребенка.
- Формирование здорового образа жизни с пеленок.
- Как стать долгожителем?
- Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.
- Политика государства по поддержке семьи.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Основная учебная литература.

1. Баранов, Е.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности на водном транспорте [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Е.Ф. Баранов, В.К. Новиков, В.Г. Сазонов. – Москва: Альтаир-МГАВТ, 2014. – 244 с. – Текст: электронный. – URL: <https://new.znaniium.com/catalog/product/502674>

2. Смирнов, А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс [Текст]: учеб. для общеобразоват. организаций: базовый уровень / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. – Москва: Просвещение, 2015 – 351 с.

3. Смирнов, А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс [Текст]: учеб. для общеобразоват. организаций: базовый уровень / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. – Москва: Просвещение, 2016 – 351 с.

Перечень дополнительной литературы

1. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. учеб. для общеобразоват. организаций: базовый уровень. – М.: Просвещение, 2014 – 351 с.

2. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс. учеб. для общеобразоват. организаций: базовый уровень. – М.: Просвещение, 2014 – 320 с.

Перечень Интернет-ресурсов

1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам. Электронная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://window.edu.ru/window>, свободный. – Загл. с экрана.

2. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://nlr.ru/lawcenter>, свободный.

3. Электронные библиотеки России / учебники студентам [Электронный ресурс]. — Режим доступа: http://www.gaudeamus.omskcity.com/my_PDF_library.html, свободный. — Загл. с экрана.

4. Справочно-правовая система КонсультантПлюс [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://www.Consultant.ru>

Дмитрий Николаевич Михеев

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Методические указания по выполнению практической работы
для обучающихся всех специальностей СПО

Электронный ресурс

Сверстано в филиале КузГТУ в г. Прокопьевске
653039, г. Прокопьевск, ул. Ноградская, 19а

Заказ 357.