МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Восточно-Сибирский государственный университет технологий и управления»

Технологический колледж

СОГЛАСОВАНО:
Зам. директора по УМР ТК ВСГУТУ
_____ В.В. Пойдонова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ТК ВСГУТУ
_____ С.Н. Сахаровский
«25» апреля 2018 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для специальностей:
19.02.10 «Технология продукции общественного питания»,
20.02.02 «Защита в чрезвычайных ситуациях»

Улан-Удэ
2018

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5B9C523B9C357D0B6A96448D522A58E73C9ED99B
Владелец: Сизов Игорь Геннадьевич
Действителен: с 30.12.2021 до 30.03.2023

Рабочая программа дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» на кафедре «Экология, недропользование и безопасность жизнедеятельности» ВСГУТУ и является частью программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ), разработанной в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

Составители:
_____ О.В. Иметхенова
_____ Д.Г. Чимитов
_____ О.А. Иметхенов
_____ Н.Н. Тумуреева

Рабочая программа рассмотрена, обсуждена и одобрена на заседании ЦМК по общеобразовательным дисциплинам.
Протокол от «25» апреля 2018 г № 8
Председатель ЦМК _____ Ким С.В.

Содержание

1	Аннотация	4
2	Рабочая программа дисциплины	5
3	Фонд оценочных средств по дисциплине	32
4	Методические рекомендации для студентов по выполнению СРС	53

Восточно-Сибирский государственный университет технологий и управления
Технологический колледж

Рабочая программа дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» по специальностям «Технология продукции общественного питания», «Защита в чрезвычайных ситуациях»

Аннотация

1. Место дисциплины в учебно-воспитательном процессе

Дисциплина входит в общеобразовательный цикл учебного плана ППССЗ, реализуется на 1-м году обучения (1 и 2 семестры).

2. Цели изучения и планируемые результаты освоения дисциплины

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

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
- воспитание ответственности за личную безопасность и безопасность общества; отношения к здоровью и человеческой жизни как главной ценности; уважения к героическому наследию России, государственной символике и традициям;
- развитие эмоционально-волевых черт личности, обеспечивающих безопасное поведение в опасных и чрезвычайных ситуациях; бдительности по предотвращению актов экстремизма и терроризма; потребности ведения здорового образа жизни; необходимых физических и психологических качеств личности при подготовке к защите Отечества;
- овладение умениями действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим; оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья.

3. Структура и содержание дисциплины

Структура дисциплины:

Вид учебной работы	*Объём часов*
Максимальная учебная нагрузка	117
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	78
в том числе:	
лекции	39
практические занятия	39
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	39
в том числе:	
индивидуальный проект	9
Промежуточная аттестация	КР, ДЗ

Содержание дисциплины: обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья; государственная система обеспечения безопасности населения; основы обороны государства и воинская обязанность; основы медицинских знаний.

4. Список авторов рабочей программы.

Иметхенова Оксана Васильевна, доцент, к.б.н. кафедры «ЭНБЖ» ВСГУТУ,
Чимитов Даба Гомбоцыренович, доцент, к.б.н. кафедры «ЭНБЖ» ВСГУТУ,
Иметхенов Олег Анатольевич, доцент, к.г.н. кафедры «ЭНБЖ» ВСГУТУ,
Тумуреева Наталья Николаевна, преподаватель кафедры «ЭНБЖ» ВСГУТУ,

Содержание

1	Паспорт рабочей программы дисциплины	7
2	Структура и содержание дисциплины	9
3	Самостоятельная работа студентов	25
4	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	26
5	Материально-техническое обеспечение дисциплины	28
6	Контроль и оценка результатов освоения дисциплины	28

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ
Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения программы

Рабочая программа общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» является частью ППССЗ в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», с учетом Рекомендаций по организации получения среднего общего образования на базе основного общего образования с учетом требований ФГОС и получаемой специальности СПО.

1.2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в базовую часть общеобразовательного цикла ППССЗ, является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

Предметные результаты, сформированные в итоге освоения содержания учебной дисциплины «ОБЖ», необходимы для освоения следующих дисциплин учебного плана:

- Охрана труда;
- Безопасность жизнедеятельности.

1.3. Цели изучения и планируемые результаты освоения дисциплины

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

• ***личностных*:**

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

• ***метапредметных*:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях; освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

- формирование установки на здоровый образ жизни; развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• ***предметных*:**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Распределение учебного времени дисциплины

Распределение учебного времени выполнено в виде выписки из УП. В таблице 1 представлена информация по каждой форме обучения о распределении общей трудоемкости обучения в часах по семестрам, видов и объемов учебной работы в часах (лекции (Л)), практические занятия (Пр), о распределении форм СРС – самостоятельной работы студентов, расчетно-графические работы (РГР), контрольные (КР) и другие работы), а также форм ПА – промежуточной аттестации студентов по дисциплине (экзамен (Э), дифференцированный зачет (ДЗ), зачет (З), другие формы контроля):

Таблица 1 – Распределение учебного времени дисциплины

Форма обучения	Семестр и его продолжительность (нед.)	РАСПРЕДЕЛЕНИЕ							Формы промежуточной аттестации
		Общей трудоемкости (час)	В том числе						
			На аудиторные занятия (час)				На СРС		
			Всего / в интерактивной форме	В том числе			(час)	Формы СРС	
				Л	Пр (С)	Лб			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Очная (О)	1 семестр, 16 недель	48	32	16	16		16	ИЗ	КР
	2 семестр, 23 недели	69	46	23	23		23	ИЗ	ДЗ
Всего:		**117**	**78**	**39**	**39**		**39**		

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Таблица 2.

Учебный год Семестр	Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
	Введение	Содержание учебного материала	**2**	
		Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности		1
	Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		**24**	
	Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни	Содержание учебного материала	2	
		Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.		1
		Изучение факторов, способствующих укреплению здоровья. Изучение роли двигательной активности, закаливания организма и занятий физической культуры в укреплении здоровья.		2
		Практические занятия	2	
		Способы закаливания организма		
		Влияние двигательной активности на здоровье человека.		
		Самостоятельная работа обучающихся	2	
		Выполнение реферата по темам: 1. Здоровье и здоровый образ жизни. 2. Способы закаливания организма. 3. Физическая культура и спорт в системе обеспечения здоровья.		

		4. Физические факторы, способствующие формированию, росту и укреплению здоровья человека.		
	Тема 1.2. Вредные привычки и их профилактика	Содержание учебного материала	2	
		Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика		1
		Изучение влияния алкоголя на здоровье человека, социальных последствий употребления алкоголя и снижения умственной и физической работоспособности.		2
		Изучение влияния курения на состояние здоровья. Изучение составных частей табачного дыма. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.		
		Наркотики. Наркомания и токсикомания. Социальные последствия пристрастия к наркотикам, Профилактика наркомании.		
		Практические занятия	2	
		Влияние курения на здоровье человека		
		Алголь и социальные последствия. Влияние алкоголя на здоровье человека.		
		Влияние наркотиков на здоровье человека. Распространение ВИЧ. Социальные последствия наркомании.		
		Самостоятельная работа обучающихся	2	
		Выполнение реферата по темам: 1. Что мы знаем о табачном дыме. 2. Можно ли побороть вредные привычки. 3. Алкоголь – причина многих бед. 4. Вредные привычки в моей семье. 5. Вредные привычки и наше будущее.		

		6. Детство и алкоголь. 7. Последствия наркомании. 8. Наркомания – привычка или болезнь? 9. Как противостоять среде?		
	Тема 1.3. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	Содержание учебного материала	2	
		Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества		1
		Практические занятия		
		Репродуктивное здоровье населения. Современные средства контрацепции	2	
		Самостоятельная работа обучающихся	2	
		Выполнение докладов по темам: 1. Современные средства контрацепции. 2. Аборт и его последствия? 3. Здоровое поколение		
	Тема 1.4. Основные инфекционные болезни.	Содержание учебного материала	2	
		Основные инфекционные болезни. Классификация и профилактика		1,2
		Практические занятия		
		Кишечные инфекции. Инфекции дыхательных путей. Кровяные инфекции	2	
		Самостоятельная работа обучающихся	2	
		Подготовка докладов по темам: 1. Пути передачи кишечных инфекций. 2. Инфекции, передаваемые половым путем. 3. Профилактика инфекционных болезней. 4. Туберкулез. Пути передачи последствия.		

		5. Вирусные гепатиты. 6. ВИЧ-инфекция. 7. Как лечить инфекционного больного? 8. Чем опасна дизентерия? 9. Роль социально-бытовых факторов в распространении инфекционных заболеваний		
	Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения		**22**	
	Тема 2.1. Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера.	Содержание учебного материала	2	
		Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.		
		Практические занятия	4	
		Правила поведения при пожарах, взрывах, наводнениях и землетрясении. Правила поведения в ЧС техногенного характера		
		Правила поведения при буре, урагане, смерчи		
		Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация)		
		Самостоятельная работа обучающихся	4	
		Подготовка докладов по темам: 1. Правила поведения при наводнении. 2. Правила поведения при ДТП. 3. Правила поведения при пожаре и обрушении здания. 4. Правила поведения при землетрясении. 5. Правила поведения при химической аварии. 6. Правила поведения при радиационной аварии.		

		7. Правила поведения при отравлении аварийными химически опасными веществами.		
	Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	Содержание учебного материала	4	
		РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций		1
		Определение гражданской обороны как составной части обороноспособности страны. Изучение задач гражданской обороны, структуры и органов управления гражданской обороной. Изучение современных средств поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.		2
		Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений.		1
		Изучение организации и основного содержания аварийно-спасательных работ. Изучение назначения и правил санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения. Изучение правовых основ организации защиты населения РФ от чрезвычайных ситуаций мирного времени.		2
		Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.		1
		Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.		1
		Практические занятия	3	
		Оповещение и информирование населения об опасностях,- возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов		

		чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Правила поведения в защитных сооружениях		
		Организация гражданской обороны в общеобразоват. учреждении, ее предназначение. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.		
		МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.		
		Полиция в Российской Федерации - система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств.		
		Служба скорой медицинской помощи.		
		Самостоятельная работа обучающихся	2	
		Подготовка докладов по темам: 1. История создания РСЧС. 2. Органы управления гражданской обороны. 3. Защитные сооружения и правила поведения в них. 4. МЧС России 5. Служба скорой помощи. 6. Оповещение населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях 7. Милиция как орган защиты населения от противоправных действий.		
		Контрольная работа № 1	1	
		Итого за первый семестр **В том числе: Теоретического обучения** **Практических занятий** **Самостоятельной работы**	**48** **16** **16** **16**	

	Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность		**45**	
	Тема 3.1. История Вооруженных сил России	Содержание учебного материала	3	
		Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.		1
		Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы		1
		Практические занятия	3	
		Военные реформы Ивана Грозного, Петра I, реформы XIX века.		
		Структура советских Вооруженных Сил		
		Вооруженные Силы Российской Федерации		
		Самостоятельная работа обучающихся	3	
		Подготовка рефератов по темам: 1. Вооруженные силы Московского государства в XIV—XV веках. 2. Военная реформа Ивана Грозного I**.** 3. Военные реформы в России во второй половине XIX века 4. Создание советских Вооруженных Сил**.**		
	Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных сил России	Содержание учебного материала	3	
		Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.		1

		Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформа Вооруженных Сил.		1
		Практические занятия	3	
		Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура.		
		Военно-Воздушные Силы: история создания, предназначение; структура.		
		Военно-Морской Флот, история создания, предназначение, структура.		
		Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура.		
		Космические войска: история создания, предназначение, структура.		
		Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.		
		Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение.		
		Самостоятельная работа обучающихся	3	
		Подготовка докладов по темам: 1. Геральдика Вооруженных сил РФ. 2. Сухопутные войска. 3. Военно-воздушные силы. 4. Военно-Морской флот. 5. Ракетные войска стратегического назначения. 6. Космические войска. 7. Командование Вооруженными Силами. 8. Железнодорожные войска 9. Войска гражданской обороны МЧС.		

	Тема 3.3. Воинская обязанность	Содержание учебного материала	3	
		Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.		1
		Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части		
		Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.		
		Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.		
		Общие права и обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).		
		Практические занятия	3	
		Назначение и организация первоначальной постановки граждан на воинский учет.		
		Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную		

		подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.		
		Военная служба. Права и обязанности военнослужащих.		
		Военная служба по контракту.		
		Альтернативная гражданская служба.		
		Дисциплинарная и уголовная ответственность военнослужащих.		
		Самостоятельная работа обучающихся:	3	
		Подготовка докладов по темам: 1. Правовая основа и стадии осуществления воинской обязанности. 2. Обязанности и права призывников. 3. Право на отсрочку. 4. Правовое положение военнообязанных. 5. Пребывание в запасе. 6. Воинская обязанность граждан в условиях мобилизации. 7. Служба по контракту. 8. Назначение и особенности альтернативной гражданской службы. Преимущество и недостатки гражданской службы. 9. Преступления против военной службы.		
	Тема 3.4. Соблюдение норм международного гуманитарного права	Содержание учебного материала	3	
		Военнослужащий - защитник своего Отечества. Основные качества личности военнослужащего: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя, в России, народа и Отечества.		1
		Военнослужащий - подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и		

		законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Единоначалие - принцип строительства Вооруженных Сил РФ		
		Изучение воинской дисциплины, ее сущности и значения. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.		1
		Изучение видов воинской деятельности и их особенностей. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск.		2
		Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).		1
		Практические занятия	3	
		Военнослужащий - специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.		
		Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву.		
		Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.)		
		Воинская дисциплина		
		Самостоятельная работа обучающихся		
		Подготовка докладов по темам: 1. Психические и моральные этические качества призывника. 2. Анализ особенностей воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил. 3. Значение и сущность воинской дисциплины.	3	

		4. Обязанности и права призывников. 5. Качества личности военнослужащего.		
	Тема 3.5. Как стать офицером Российской Армии	Содержание учебного материала	3	
		Изучение основных видов военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.		1,2
		Символы воинской чести. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.		3
		Практические занятия	3	
		Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества. Воинский долг - обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Боевые традиции Вооруженных Сил России.		
		Дни воинской славы России — дни славных побед. Дружба, войсковое товарищество - основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота		
		Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.		
		Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку		

		Самостоятельная работа обучающихся	2	
		Подготовка докладов по темам: 1. Основные качества военнослужащего. 2. Ритуалы вооруженных сил. 3. Ритуалы вооруженных сил. 4. Дни воинской славы.		
	Раздел 4. Основы медицинских знаний		**24**	
	Тема 4.1. Понятие первой помощи. Общие правила оказания первой помощи.	Содержание учебного материала	2	
		Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.		1
		Признаки жизни Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации»		2
		Практические занятия	2	
		Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов		
		Искусственное дыхание		
		Самостоятельная работа обучающихся	2	
		Выполнение реферата по темам: 1. Первая помощь при травмах различных областей тела. 2. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости. 3. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга.		
	Тема 4.2. Понятие и виды	Содержание учебного материала	2	

	кровотечений	Первая помощь при наружных кровотечениях		1
		Первая помощь при капиллярном кровотечении, венозном артериальном		2
		Практические занятия	2	
		Правила наложения жгута и закрутки		
		Основные признаки внутреннего кровотечения		
		Самостоятельная работа обучающихся	2	
		Выполнение реферата по темам: 1. Смешанное кровотечение 2. Первая помощи при синдроме длительного сдавливания 3. Местные и общие признаки травматического токсикоза		
	Тема 4.3. Понятие, основные виды и степени ожогов	Содержание учебного материала	2	
		Первая помощь при ожогах		1
		Практические занятия		
		Первая помощь при химических ожогах	2	
		Самостоятельная работа обучающихся	1	
		Выполнение докладов по темам: 4. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. 5. Первая помощь при воздействии высоких температур 6. Первая помощь при термических ожогах		
	Тема 4.4. Отравления, виды отравлений	Содержание учебного материала		
		Острые и хронические отравления	2	1
		Практические занятия		

		Первая помощь при отравлениях	2	
		Самостоятельная работа обучающихся	2	
		Подготовка докладов по темам: 7. Первая медицинская помощь при отравлениях. 8. Первая медицинская помощь при обморожениях. 9. Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах. 10. Первая медицинская помощь при обмороке. 11. Первая медицинская помощь при укусах ядовитых змей. 12. Первая медицинская помощь при переломах.		
		Контрольная работа № 2	1	
		Дифференцированный контроль по всем разделам программы (2 семестр)	1	
		Итого за второй семестр **В том числе: Теоретического обучения** **Практических занятий** **Самостоятельной работы**	**69** **23** **23** **23**	
		ВСЕГО **В том числе: Теоретического обучения** **Практических занятий** **Самостоятельной работы**	**117** **39** **39** **39**	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:
1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа студентов (СРС) – это планируемая учебная и научная работа, выполняемая по заданию преподавателя и под его методическим и научным руководством.

СРС по данной дисциплине включает:

- изучение теоретического материала: проработка пройденного учебного материала по конспектам лекций, рекомендованной учебной и научной литературы;
- выполнение индивидуальных самостоятельных творческих работ и заданий (реферат).

Распределение бюджета времени на выполнение индивидуальных СРС представлено в таблице 3.

Таблица 3 – Учебно-методическая (технологическая) карта СРС

Номер раздела и темы дисциплины	Ф/О	Код и наименование индивидуального проекта – задания или вида СРС	Объем часов на СРС	Сроки вып-ния	Реко-менду-емые УММ	Форма контроля СРС
1	2	3	4	5	6	7
1 семестр						
Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	О	Изучение теоретического материала	4	еженед.	[1,2,3,4]	Устный экспресс-опрос
		Индивидуальное задание 1 (Реферат, доклад)	4	2-6 нед.	[1,2,3,4]	Защита работы
Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения	О	Изучение теоретического материала	2	еженед.	[1,2,3,4]	Экспресс-опрос
		Индивидуальное задание 2 (Доклад)	4	7-14 нед.	[1,2,3,4]	Устная защита
		Подготовка к итоговой аттестации – по семестру 1	2	15-16 нед.	[1,2,3,4]	
2 семестр						
Раздел 3 Основы обороны государства и воинская обязанность	О	Изучение теоретического материала	5	еженед.	[1,2,3,4]	Экспресс-опрос
		Индивидуальное задание 3 (Реферат, доклад)	5	1-4 нед.	[1,2,3,4]	Устная защита
		Индивидуальное задание 4 (Реферат, доклад)	4	5-7 нед.	[1,2,3,4]	Устная защита
Раздел 4 Основы медицинских знаний	О	Изучение теоретического материала	3,5	еженед.	[1,2,3,4]	
		Индивидуальное задание 5 (Доклад)	3,5	8-14 нед.	[1,2,3,4]	Устная защита
		Подготовка к итоговой аттестации – по семестру 1	1	17-23 нед	[1,2,3,4]	Устная защита
Подготовка к итоговой аттестации по дисциплине			1	17-23 нед.	[1,2,3,4]	Дифференцированный контроль

Общие затраты времени студентом по всем видам СРС	**О**
Изучение теоретического материала (1 семестр / 2семестр)	6/8
Выполнение индивидуальных заданий 1 семестр	8
Выполнение индивидуальных заданий 2 семестр	1,5
Подготовка к текущей аттестации по семестру 1	2
Подготовка к итоговой аттестации по семестру 2	1
Подготовка к ДФК	1
Итого	**39**

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 4 – Учебно-методическое обеспечение дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» учебно-методическими материалами

Код и наименование специальности	Учебно-методический материал		Количество экземпляров	
	№№	Наименование	Всего	На 1 обучающегося очной формы
	Основная литература			
	1	Айзман Р.И. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности: учебное пособие для студентов высших учебных заведений/Р.И. Айзман, С.В. Петров, В.М. Ширшова; Новосибирский гос. пед. Университет, Московский гос. университет – Новосибирск; Москва: АРТА, 2013. – 207 с.	5	100%
	2	Основы безопасности жизнедеятельности: учебное пособие/ М.И. Иванюков, В.С. Алексеев – М.: Дашков и К, 2007. – 237 с.	15	
	3	Безопасность жизнедеятельности человнка в условиях мирного и военного времени: учебник для сред. спец. учебных заведений/ В.Н. Пряхин, С.С. Соловьев, - М.: Экзамен, 2006 – 381 с.	4	
	4	Основы противодействия терроризму: учебное пособие для вузов по специальности «Менеджмент орг»/ Под ред. Я.Д. Вишнякова, - М: Академия, 2006. – 236 с.	2	
	5	Косолапова, Нина Васильевна. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для использования в учебном процессе образовательных учреждений, реализующих образовательную программу среднего (полного) общего образования в пределах основных профессиональных образовательных программ НПО и СПО с учетом профиля профессионального образования / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. - Издательский центр "Академия", 2015. - 329	25	
	6	Микрюков, Василий Юрьевич. Основы военной службы : учебник для учащихся старших классов средних образовательных учреждений и студентов средних специальных учебных заведений / В. Ю. Микрюков. - Форум, 2016. - 383 с.	5	
	7	Хван, Т.А. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / Т.А. Хван, П.А. Хван. — Электрон. дан. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2013. — 415 с. — Режим	Электронный учебник	

		доступа: https://e.lanbook.com/book/74275. — Загл. с экрана.		
	8	Яшин, В.Н. ОБЖ: Здоровый образ жизни [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.Н. Яшин. — Электрон. дан. — Москва : ФЛИНТА, 2017. — 125 с. — Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/108272. — Загл. с экрана.	Электронный учебник	
	Дополнительная литература			
	9	Хван Т.А. Безопасность жизнедеятельности: учеб. пособие для ВУЗов/ Т.А. Хван, П.А. Хван. – Изд. 8-е. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. – 415 с.	16	100%
	10	Занько Н.Г. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов/Н.Г. Занько, К.Р. Малаян, О.Н. Русак; Под ред. О.Н. Русака – Изд. 13-е испр. – СПб,: Лань, 2010. – 671 с.	16	
	11	Михайлов Л.А. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и защита от них/Л.А. Михайлов, В.П. Соломин; Под ред. Л.А. Михайлова. – СПб.: Питер, 208. – 234 с.	5	
	12	Тимофеева И.Г. Безопасность жизнедеятельности. – Улан-Удэ: Издательство ВСГУТУ, 2014. – 61 с.	30 + ЭБС «Библиотех»	
	13	Еремина Т.В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – Улан-Удэ: ВСГУТУ, 2013. – 193 с.	20 + ЭБС «Библиотех»	
	14	Бардадымов, Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н.А. Бардадымов, Л.В. Жорина, А.В. Кравцов ; под ред. Жориной Л.В.. — Электрон. дан. — Москва : МГТУ им. Н.Э. Баумана, 2009. — 116 с. — Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/58412. — Загл. с экрана.	Электронный учебник	
	Информационные средства			
		www.aonb.ru/guid/liblary.html		
		www.mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ)		
		www.mvd.ru (сайт МВД РФ)		
		www.mil.ru (сайт Минобороны РФ)		
		www.fsb.ru (сайт ФСБ РФ)		
		Электронная библиотека статей по БЖД		

5. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

В таблице 5 представлены общеуниверситетские ресурсы, которые должны быть использованы для полноценного изучения дисциплины.

Таблица 5 – Сведения об оснащенности образовательного процесса специализированным и лабораторным оборудованием

Используемые специализированные аудитории и лаборатории		
№	Наименование	Оборудование
1	Лекционная аудитория	Специализированная мебель (учебная), набор демонстративного оборудования
2	Лаборатория «Безопасность жизнедеятельности»	Специализированная мебель (учебная), набор демонстративного оборудования и лабораторное оборудование

6. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 6. Формы и методы контроля освоения дисциплины.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**
Знать: основы здорового образа жизни и факторы, влияющие на него;	Устный опрос Тест №1
потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;	Комбинированный метод в форме фронтального опроса Тест №2 Индивидуальное задание - доклад
основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности;	Комбинированный метод в форме фронтального опроса Практическая проверка Тест №3
основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;	Комбинированный метод в форме фронтального опроса Практическая проверка Тест №4
порядок постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;	Комбинированный метод в форме фронтального опроса Практическая проверка Индивидуально здание - доклад
основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности;	Комбинированный метод в форме фронтального опроса Практическая проверка Индивидуальное задание - доклад

состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;	Комбинированный метод в форме фронтального опроса Практическая проверка Индивидуальное задание - доклад
основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;	Комбинированный метод в форме фронтального опроса Практическая проверка Индивидуальное задание - доклад
особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту; альтернативной гражданской службы;	Комбинированный метод в форме фронтального опроса и групповой самостоятельной работы Практическая проверка
предназначение, структуру и задачи РСЧС; предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;	Комбинированный метод в форме фронтального опроса и групповой самостоятельной работы Практическая проверка
Уметь: выполнять последовательно действия при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания; действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!» и комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей, ценностей и продуктов питания в случае эвакуации населения; применять элементарные способы самозащиты в конкретной ситуации криминогенного характера; правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; ориентироваться на местности, подавать сигналы бедствия, добывать огонь, воду и пищу в случае автономного существования в природной среде; правильно пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, индивидуальной медицинской аптечкой)	- Комбинированный метод в форме фронтального опроса и групповой самостоятельной работы - Практическая проверка - Индивидуальное задание - защита докладов - Тест №5

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Восточно-Сибирский государственный университет технологий и управления»

Технологический колледж

СОГЛАСОВАНО:
Зам. директора по УМР ТК ВСГУТУ
_____ В.В. Пойдонова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ТК ВСГУТУ
_____С.Н.Сахаровский
«___»_____ 2018 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для специальностей:
19.02.10 «Технология продукции общественного питания»,
20.02.02 «Защита в чрезвычайных ситуациях»

Улан-Удэ
2018

Содержание

1	Паспорт фонда оценочных средств	33
2	Тесты, задания к контрольным работам и дифференцированному зачету с критериями оценивания	35
3	Вопросы дифференцированного зачета	52

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1. Тематическая структура контрольно-измерительных материалов

Для проведения входного и текущего контроля, а также в процессе промежуточной аттестации преподавателем используются контрольно-измерительные материалы, наименование тематик которых представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Тематическая структура КИМ.

№	Наименование раздела дисциплины	Контрольно-измерительные материалы по теме
1 семестр	Входной контроль	ОБЖ 8-9 класс
	Раздел 1 «Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья»	Устный опрос
	Раздел 2 «Государственная система обеспечения безопасности населения»	
	Контрольная работа 1	Теоретический и практический материал по 1, 2 разделам (тестирование)
2 семестр	**Раздел 3** «Основы обороны государства и воинская обязанность»	Устный опрос
	Раздел 4 «Основы медицинских знаний»	
	Контрольная работа 2	Теоретический и практический материал по 3, 4 разделам (тестирование)
	Форма итоговой аттестации	Дифференцированный зачет

В процессе контроля оцениваются результаты обучения на уровнях: знания, понимания, умения, применения.

В процессе защиты СРС оцениваются результаты обучения на уровнях: знания, применения.

1.2 Критерии оценки на промежуточной и итоговой аттестации

Оценивание знаний, умений и навыков производится по шкале:

Отлично, хорошо, удовлетворительно, неудовлетворительно.

Таблица 2 - Критерии оценки.

При оценивании результаты входного контроля не учитываются, как оценка, а рассматриваются как показатель прогресса знаний и умений студента.

семестр	Оценка	Условия
1 семестр	Отлично	контрольная работа на оценку «отлично», практические и индивидуальные работы на оценку «хорошо». Полные, исчерпывающие, верные ответы и решения практических задач. Коэффициент усвоения $0,9 \leq К \leq 1$
	Хорошо	Все контрольные точки на оценку не ниже «хорошо», допускается одна оценка «удовлетворительно». Выполнение контрольной работы на оценку не ниже «хорошо». Верные, но неполные ответы, на экспресс-опросах. Коэффициент усвоения $0,8 \leq К \leq 0,9$
	Удовлетворительно	Все контрольные точки на оценку не ниже

		«удовлетворительно». Ответы на теоретические вопросы вызывают некоторые затруднения на экспресс - опросах. Коэффициент усвоения $0,7 \leq К \leq 0,8$
	Неудовлетворительно	В остальных случаях Коэффициент усвоения $0 \leq К \leq 0,7$
2 семестр	Отлично	контрольная работа на оценку «отлично», выполнение и защита практических работ с оценкой не ниже «хорошо». Защита доклада на оценку «отлично». Полные, исчерпывающие, верные ответы и решения на дифференцированном зачете. Коэффициент усвоения $0,9 \leq К \leq 1$
	Хорошо	Все контрольные точки на оценку не ниже «хорошо», допускается одна оценка «удовлетворительно». Защита реферата на оценку «хорошо». На дифференцированном зачете даны верные, но неполные ответы. Коэффициент усвоения $0,8 \leq К \leq 0,9$
	Удовлетворительно	Все контрольные точки на оценку не ниже «удовлетворительно». Доклад сдан без защиты. На дифференцированном зачете ответы на теоретические вопросы вызывают некоторые затруднения. Коэффициент усвоения $0,7 \leq К \leq 0,8$
	Неудовлетворительно	В остальных случаях. Коэффициент усвоения $0 \leq К \leq 0,7$

2. ТЕСТЫ, ЗАДАНИЯ К КОНТРОЛЬНЫМ РАБОТАМ И ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОМУ ЗАЧЕТУ

1 СЕМЕСТР:

Темы докладов

Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

1. Современные средства контрацепции.
2. Аборт и его последствия?
3. Здоровое поколение
4. Пути передачи кишечных инфекций.
5. Инфекции, передаваемые половым путем.
6. Профилактика инфекционных болезней.
7. Туберкулез. Пути передачи последствия.
8. Вирусные гепатиты.
9. ВИЧ-инфекция.
10. Как лечить инфекционного больного?
11. Чем опасна дизентерия?
12. Роль социально-бытовых факторов в распространении инфекционных заболеваний

Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

1. Правила поведения при наводнении.
2. Правила поведения при ДТП.
3. Правила поведения при пожаре и обрушении здания.
4. Правила поведения при землетрясении.
5. Правила поведения при химической аварии.
6. Правила поведения при радиационной аварии.
7. Правила поведения при отравлении аварийными химически опасными веществами.
8. История создания РСЧС.
9. Органы управления гражданской обороны.
10. Защитные сооружения и правила поведения в них.
11. МЧС России
12. Служба скорой помощи.
13. Оповещение населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях
14. Милиция как орган защиты населения от противоправных действий.

Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность

15 Геральдика Вооруженных сил РФ.
16 Сухопутные войска.
17 Военно-воздушные силы.
18 Военно-Морской флот.
19 Ракетные войска стратегического назначения.
20 Космические войска.
21 Командование Вооруженными Силами.
22 Железнодорожные войска.
23 Войска гражданской обороны МЧС.
24 Правовая основа и стадии осуществления воинской обязанности.
25 Обязанности и права призывников.
26 Право на отсрочку.
27 Правовое положение военнообязанных.
28 Пребывание в запасе.
29 Воинская обязанность граждан в условиях мобилизации.
30 Служба по контракту.
31 Назначение и особенности альтернативной гражданской службы. Преимущество и недостатки гражданской службы.

32 Преступления против военной службы.
33 Психические и моральные этические качества призывника.
34 Анализ особенностей воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил.
35 Значение и сущность воинской дисциплины.
36 Обязанности и права призывников.
37 Качества личности военнослужащего
38 Основные качества военнослужащего.
39 Ритуалы вооруженных сил.
40 Ритуалы вооруженных сил.
41 Дни воинской славы.
Раздел 4. Основы медицинских знаний
42 Первая помощь при травмах различных областей тела.
43 Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости.
44 Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга.
45 Смешанное кровотечение.
46 Первая помощи при синдроме длительного сдавливания.
47 Местные и общие признаки травматического токсикоза.
48 Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.
49 Первая помощь при воздействии высоких температур
50 Первая помощь при термических ожогах
51 Первая медицинская помощь при отравлениях.
52 Первая медицинская помощь при обморожениях.
53 Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах.
54 Первая медицинская помощь при обмороке.
55 Первая медицинская помощь при укусах ядовитых змей.
56 Первая медицинская помощь при переломах

Критерии оценки тестов

Номер теста	Не удовлетворительно	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
Коэффициент усвоения	**0 ≤ К ≤ 0,7**	**0,7 ≤ К ≤ 0,8**	**0,8 ≤ К≤ 0,9**	**0,9 ≤ К ≤ 1**
Тест №1	**< 17**	**17-20**	**21-24**	**25-27**
Тест №2	**< 24**	**24-27**	**28-31**	**32-35**
Тест №3	**< 24**	**24-27**	**28-31**	**32-35**
Тест №4	**< 14**	**14-15**	**16-17**	**18-20**
Тест №5	**< 10**	**10-11**	**12-13**	**14-15**

ТЕСТ № I
Здоровый образ жизни и его составляющие

1. Суточная энергетическая потребность организма зависит от суточных энергозатрат.
Определите норму потребления энергии с пищевыми продуктами:
1. 14-17 лет – 2900 кКал для юношей
2. 14-17 лет – 3700 кКал для девушек
3. 14-17 лет – 3500 кКал для юношей
4. 14-17 лет – 2600 кКал для девушек
5. 14-17 лет – 2800 кКал и для юношей, и для девушек

2. К вредным привычкам можно отнести:

1. Курение
2. Склероз
3. Токсикоманию
4. Наркоманию
5. Шизофрению

3. Какие из утверждений, по-вашему, верны:

1. Пища должна содержать питательные вещества в определенном соотношении
2. Чем больше присутствует в пище витаминов и минеральных веществ, тем она полезнее
3. Пища человека должна быть химически разнообразной
4. Без воды человек способен просуществовать более 10 дней
5. В день человеку необходимо более 2 литров жидкости

4. Вместе с пищей человеческий организм ежесуточно должен получать:

1. Белки
2. Воду
3. Сахар и соль
4. Минеральные вещества и углеводы
5. Растительные и животные жиры

5. Продолжительность приема пищи должна составлять:

1. Завтрак 15-20 минут
2. Зависит от времени суток
3. Обед 20 – 25 минут
4. Ужин 5 – 15 минут
5. Зависит от объема поглощаемой пищи

6. Какие условия необходимы для высокой продуктивности труда:

1. Побольше отдыхать
2. Требуются систематические упражнения, навыки
3. Необходимо чередование труда и отдыха
4. Отсутствие вредных привычек
5. Во всякий труд нужно входить постепенно

7. К заболеваниям, передающимся половым путем, относятся:

1. Гонорея
2. СПИД
3. Молочница
4. Сифилис
5. Трихомониоз

8. Здоровье это:

1. Способность организма противостоять эмоциональным и физическим стрессам
2. Гармоническое существование души и тела человека
3. Способность сохранять соответствующую полу и возрасту психофизиологическую устойчивость в условиях постоянного изменения количественных и качественных единиц структурной и сенсорной информации
4. Когда ничего не болит
5. Состояние организма в определенный временной период

9. Мельчайшие организмы, способные расти и размножаться только в живых организмах - это:

1. Бактерии
2. Грибки
3. Вирусы
4. Токсины

10. Утомление, которое испытывает человек после трудового дня, можно снять с помощью:

1. Длительного пассивного отдыха

2. Употребления специальных медикаментозных средств, кофе, чая
3. Рационального питания
4. Физических напряжений в любом виде спорта

11. К инфекциям дыхательных путей относятся:

1. Холера, полиомиелит, дизентерия
2. Малярия, чума, сыпной тиф
3. Грипп, ангина, дифтерия
4. Чесотка, сибирская язва, столбняк

12. Кровяная инфекция передается через:

1. Воздушно-капельный путь
2. Продукты питания, воду
3. Контактный путь
4. Укусы кровососущих насекомых

13. Невосприимчивость организма к действию болезнетворного микроба называется:

1. Иммунитетом
2. Дезинфекцией
3. Асептикой
4. Антисептиком

14. Палочкообразные одноклеточные бактерии – возбудители инфекционных заболеваний – это:

1. Бациллы
2. Кокки
3. Спириллы
4. Вибриоллы

15. Сумма движений, которые человек выполняет в процессе своей жизнедеятельности

- это:

1. Общественно-полезный труд
2. Двигательная активность
3. Физическая активность
4. Выносливость организма

16. На протяжении суток состояние организма и его работоспособность подвергаются четким ритмическим колебаниям, которые называются:

1. Биологическими
2. Режимом труда
3. Процессом отдыха
4. Работоспособностью

17. Витамин С (аскорбиновая кислота) способствует:

1. Повышению общей сопротивляемости организма
2. Сгоранию глюкозы и гликогена, дающих энергию мышцам
3. Нормальному течению окислительно-восстановительных реакций, происходящих в организме
4. Процессу кровообращения

18. Алкоголизм - это:

1. Эпизодическое употребление спиртных напитков
2. Значительное нарушение функций центральной нервной системы
3. Болезнь, характеризующаяся патологическим влечением к алкоголю
4. Утрата количественного контроля над выпитым спиртным

19. К признакам наркотического опьянения галлюциногенными препаратами относятся:

1. Отсутствие аппетита, мучительная жажда, подавление деятельности сдерживающих и тормозящих центров

2. Заторможенность, неуклюжесть движений, покраснение глазных белков
3. Возбужденное состояние, свободное и раскованное поведение, возможная агрессивность
4. Заторможенное состояние, временное нарушение психической деятельности, галлюцинации

20. Перечислите компоненты здоровья:
1. Социальный
2. Экономический
3. Духовный
4. Физический
5. Психологический

21. Какое понятие определяется как – массовое распространение инфекционного заболевания, вызванного общим источником инфекции:
1. Карантин
2. Пандемия
3. Эпидемия
4. Панзоотия
5. Обсервация

22. Какие существуют виды закаливания:
1. Воздушные ванны
2. Грязевые ванны
3. Солнечные ванны
4. Водные процедуры
5. Лечебные процедуры

23. Какие вы можете выделить виды иммунитета:
1. Повседневный
2. Приобретенный
3. Иммунитет крови
4. Врожденный

24. Выделите болезни, которые могут возникнуть при длительном употреблении алкоголя:
1. Хронический гепатит
2. Цирроз печени
3. Камни в почках
4. Гипертония
5. Цинга

25. Выделите основные принципы, составляющие основу закаливающих процедур:
1. Систематичность
2. Разнообразие средств
3. Малое время для процедур
4. Индивидуальность
5. Постепенность

26. Что из нижеперечисленного является компонентами ЗОЖ:
1. Двигательная активность
2. Иммунитет
3. Личная гигиена
4. Медицинская помощь пострадавшим
5. Отказ от вредных привычек

27. Какие средства целесообразно применять с медицинской точки зрения для лечения
инфекционных болезней:
1. Народные средства

2. Медикаментозные средства
3. Вакцины
4. Сыворотки
5. Закаливание

ТЕСТ № II
ЧС природного характера и защита от них

1. Выделите из ниже перечисленных группы ЧС природного характера:
1. Аварийные
2. Метеорологические
3. Гидрологические
4. Экологические
5. Массовые заболевания

2. Из перечисленных ниже причин выберите те, которые являются причинами вынужденного автономного существования в природных условиях:
1. Потеря ориентировки на местности во время похода, авария транспортных средств, крупный лесной пожар
2. Несвоевременная регистрация туристической группы перед выходом на маршрут, отсутствие средств связи
3. Потеря компаса и части продуктов питания

3. Руководитель похода обязан сообщить о маршруте туристской группы в поисково-спасательную службу (ПСС) для того, чтобы:
1. ПСС могла контролировать прохождение группой маршрута и в случае экстремальной ситуации или несвоевременного завершения маршрута оперативно оказать ей помощь
2. От ПСС был выделен представитель для сопровождения группы на маршруте
3. ПСС могла контролировать прохождение группой населенных пунктов, отмеченных в маршруте
4. ПСС выделила группе рацию для связи при прохождении маршрута

4. Готовясь к походу, необходимо правильно подобрать одежду. Каким ниже перечисленным требованиям она должна соответствовать:
1. Одежда должна быть свободной, чистой и сухой, носиться в несколько слоев
2. Одежда должна быть из синтетических материалов
3. Одежда должна быть из однородного или камуфлированного материала, чистой и сухой

5. В солнечный полдень тень указывает направление на:
1. Север
2. Юг
3. Запад
4. Восток

6. По каким местным предметам можно определить стороны света:
1. Стволам и коре деревьев, лишайнику и мху, склонам холмов и бугров, муравейникам, таянию снега
2. Кустарнику и сухой траве, направлению течения ручьев и рек, наезженной колее
3. Полыньям на водоемах, в скорости ветра, направлению валяющихся на дороге спиленных
деревьев

7. Каковы требования к месту сооружения временного жилища:
1. Ровная возвышенная продуваемая площадка, рядом источник воды и достаточно топлива,
вблизи поляна для подачи сигналов бедствия
2. Место среди сухостоя, который можно использовать для костра, на берегу реки на уровне

воды
3. Недалеко дорога или наезженная тропа, вблизи много грибов и ягод

8. При устройстве шалаша крышу следует накрывать:

1. Снизу вверх
2. Сверху вниз
3. Справа налево
4. Безразлично как

9. Укажите самый простой способ обеззараживания воды в полевых условиях из предложенных ниже:

1. Очистка через фильтр из песка, ваты и материи
2. Очистка через фильтр из песка и материи
3. Добавление в воду марганцовки
4. Кипячение воды

10. Наиболее подходящие места для укрытия в здании при землетрясении:

1. Места под прочно закрепленными столами, рядом с кроватями, у колонн, проемы в капитальных внутренних стенах, углы, образованные капитальными внутренними стенами,
дверные проемы
2. Места под подоконником, внутри шкафов, гардеробов, углы, образованные внутренними перегородками
3. Вентиляционные шахты и короба, балконы и лоджии, места внутри кладовок и встроенных шкафов

11. Причины образования селей:

1. Подвижки земной коры или землетрясения, естественный процесс разрушения гор, извержение вулканов, хозяйственная деятельность человека
2. Наводнения, вызванные авариями на гидросооружениях, лесные и торфяные пожары, прямое воздействие солнечных лучей на ледники
3. Нарушение почвенного покрытия в результате хозяйственной деятельности человека, отсутствие растительности на горных склонах, массовая миграция животных в осенне-зимний период

12. Какие из стихийных бедствий относятся к ЧС геологического характера:

1. Оползни
2. Заторы
3. Бури
4. Извержения вулканов
5. Снежные лавины

13. Какие из стихийных бедствий относятся к ЧС метеорологического характера:

1. Ураганы
2. Цунами
3. Смерчи
4. Сели
5. Заторы

14. Какие из стихийных бедствий относятся к ЧС гидрологического характера:

1. Нагоны
2. Землетрясения
3. Наводнения
4. Снежные бури

15. Укажите основные параметры, характеризующие землетрясения:

1. Их мощность
2. Их интенсивность
3. Способность к разрушению
4. Глубина очага

16. Каков максимальный балл землетрясений в классификации по интенсивности колебаний грунта на поверхности:
1. 9 баллов
2. 11 баллов
3. 12 баллов
4. 6 баллов
5. 10 баллов

17. Какие из ниже перечисленных классификаций землетрясений действительно имеют место:
1. По интенсивности колебаний грунта поверхности земли
2. По объему единовременных выбросов
3. По причине возникновения
4. По частоте повторения
5. По активности

18. Что называется землетрясением:
1. Подземные толчки и колебания земной поверхности, вызванные геофизическими причинами
2. Активные процессы в недрах земли, вызванные геофизическими причинами

19. Где располагается очаг землетрясения:
1. В недрах земли
2. В земной коре или мантии
3. Очагом землетрясения является место разлома земной коры

20. Что называется тефрой:
1. Осевшие на землю вулканические породы
2. Магма
3. Потоки грязи
4. Лавовые потоки
5. Вулканические газы

21. На какие типы подразделяются вулканы по характеру деятельности:
1. Гавайский
2. Везувий
3. Камчатский
4. Курильский
5. Стромболи

22. По каким признакам производится классификация вулканов:
1. По условиям возникновения
2. По характеру деятельности
3. По интенсивности выбросов
4. По мощности
5. По степени активности

23. Может ли достигать скорость лавового потока 100 км\ч:
1. Да
2. Нет

24. Сколько из существующих вулканов считаются активными:
1. 800
2. 850
3. 900
4. 950
5. 500

25. Что называется оползнем:
1. Сходящие со склонов массы горных пород в результате антропогенной деятельности

человека
2. Скользящие смещение масс горных пород вниз под влиянием силы тяжести
3. Смещение горных пород вниз по склону в результате природных явлений

26. Что относят к естественным причинам схода оползней:

1. Вырубка леса
2. Чрезмерный вынос грунта
3. Увеличение крутизны склонов
4. Подмыв оснований склонов речными и морскими водами
5. Сейсмогенные толчки

27. Какова балльность классификации цунами по масштабам их последствий:

1. 3 балла
2. 5 баллов
3. 8 баллов

28. Сколько в процентном отношении территории России находится в селеопасных зонах:

1. 5%
2. 20%
3. 35%
4. 50%
5. 65%

29. Какие выделяют классификации селей:

1. По объему единовременных выносов
2. По мощности
3. По частоте схода
4. На основе первопричин возникновения
5. По воздействию на сооружения

30. Его называют лавинным очагом:

1. Место образования лавины
2. Участок склона и его подножия, в пределах которого движется лавина
3. Участок подножия горы

31. Что относят к лавинообразующим факторам:

1. Крутизна склона
2. Высота старого снега
3. Прирост свежевыпавшего снега
4. Интенсивность снегопада
5. Плотность снега

32. Образуется ли лавина на склонах, крутизной 50 градусов:

1. Да
2. Нет

33. Что называется потенциальным периодом лавинообразования:

1. Интервал времени между зарождением и сходом лавины
2. Интервал времени между сходом последней лавины и зарождением следующей
3. Интервал времени между сходом первых и последних лавин

34. Какова классификация лавин по характеру движения в зависимости от строения лавинного очага:

1. Пластовые
2. Грунтовые
3. Лотковые
4. Осовые
5. Прыгающие

35. Какими факторами вызываются ЧС метеорологического характера:

1. Сильным дождем

2. Сильными морозами
3. Пыльными бурями
4. Селями
5. Низким уровнем воды

ТЕСТ № III
ГО – составная часть обороноспособности страны

1. В спасательных работах непосредственно могут принимать участие:
1. Войска гражданской обороны
2. Профессиональные спасатели
3. Сотрудники МЧС
4. Свидетели, способные оказать действенную помощь
5. Санитарные бригады

2. Ожоги могут быть термическими, химическими и радиационными. По степени тяжести их можно классифицировать:
1. 1-й, 2-й, 3-й степени
2. 1-й, 2-й, 3А, 3Б, 4-й степени
3. 1-й, 2-й, 3-й, 4-й степени
4. 1-й, 2-й, 3А, 3Б, 4А, 4Б, 5-й степени
5. 1-й и 2-й группы

3. К средствам коллективной защиты относятся:
1. Убежища
2. Укрытия
3. Противогаз
4. Респиратор
5. ПРУ

4. Для обезвреживания капельножидких АОХВ применяют:
1. ИПП – 8
2. АИ – 2
3. ПТМ
4. КИХ – 5

5. Чем обеспечивают герметичность убежища:
1. Герметично-защитными дверями
2. Прочными перекрытиями
3. Подпором

6. Сколько входов (выходов) имеет убежище:
1. Один
2. Два
3. Три
4. Четыре
5. Пять

7. К медицинским средствам защиты относятся:
1. АИ – 2
2. ИПП – 8
3. ОП – 1

8. Что запрещается приносить в убежище:
1. Сильно пахнущие вещества
2. Принадлежности туалета
3. Продукты питания
4. Громоздкие вещи
5. Приводить животных

9. Убежища, вмещающие от 200 до 600 человек имеют:
1. Малую вместимость
2. Среднюю
3. Большую

10. Для защиты органов дыхания от радиоактивной пыли применяют:
1. Противогаз
2. Респиратор
3. ИПП – 8
4. АИ – 2

11. К средствам индивидуальной защиты относятся:
1. Убежища
2. Укрытия
3. Противогаз
4. ПТМ
5. Ватно-марлевая повязка

12. Какие системы жизнеобеспечения имеются в убежище:
1. Воздухоснабжения
2. Герметизации
3. Энергоснабжения
4. Отопления
5. Канализации

13. Клапанная коробка – составная часть:
1. Противогаза
2. Респиратора
3. ПТМ
4. Л – 1

14. Назовите наиболее сильный поражающий фактор ядерного взрыва:
1. Ударная волна
2. Световое излучение
3. Радиоактивное заражение
4. Электромагнитный импульс
5. Проникающая радиация

15. При каких видах взрывов наиболее проявляются их поражающие факторы:
1. Высотных
2. Воздушных
3. Наземных
4. Надводных
5. Подземных (подводных)

16. К СДЯВ нервно-паралитического действия относятся:
1. Зарин
2. Ви Икс
3. Иприт
4. Фосген
5. Зоман

17. Искусственное дыхание нельзя делать пострадавшему при поражении:
1. Фосгеном
2. Синильной кислотой
3. Хлорцианом
4. Ипритом
5. Адамситом

18. Признаками применения бактериологического оружия являются:
1. Порошкообразные вещества

2. Капли жидкости
3. Скопление насекомых, грызунов
4. Глухой звук разрывов снарядов и бомб
5. Покраснение кожи, образование мелких пузырей

19. Микроорганизмы, способные жить и размножаться только в живых клетках – это:

1. Риккетсии
2. Вирусы
3. Микробы
4. Бактерии

20. Перечислите основные средства и способы защиты от поражающих факторов ядерного взрыва:

1. Защитные сооружения
2. Складки местности
3. Средства индивидуальной защиты
4. Специальные медицинские препараты
5. Экранирование линий энергоснабжения и аппаратуры

21. Удаление радиоактивных веществ с зараженной поверхности называется:

1. Дезактивацией
2. Дегазацией
3. Дезинфекцией
4. Адсорбцией

22. В 1961 г. местная противопожарная оборона нашей страны была преобразована в гражданскую оборону, руководство которой осуществлялось:

1. Органами МВД
2. Комитетом обороны
3. Министерством обороны
4. Органами УВД

23. Интенсивность гамма-излучения ослабевает наиболее сильно при прохождении через одинаковой толщины материал:

1. Древесину
2. Бетон
3. Грунт
4. Сталь

24. В зоне опасного заражения люди должны быть в укрытиях и убежищах:

1. В течение месяца
2. Несколько часов
3. Трое суток и более
4. В течение 24 часов

25. Комплекс режимных, административных и санитарных противоэпидемических мероприятий, направленных на предупреждение распространения инфекционных болезней и ликвидацию очагов поражения, это:

1. Эпидемия
2. Эвакуация
3. Карантин
4. Санитарная обработка

26. С какого года ведется отсчет славным традициям войск ГО (год основания первой системы обороны):

1. 1932 г
2. 1918 г
3. 1945 г
4. 1963 г

27. Какие из вышеперечисленных групп относятся к современным обычным средствам поражения:
1. Зажигательное оружие
2. Высокоточное оружие
3. Вакуумное оружие
4. Обычные средства
5. Боеприпасы объемного взрыва

28. Что относится к высокоточному оружию:
1. Артиллерийские снаряды
2. Авиабомбы
3. Мины
4. Баллистические ракеты

29. Какие существуют основные современные средства оповещения:
1. Современная связь
2. Специальный транспорт
3. Колокола церквей
4. Телевидение
5. Радиосеть

30. Какие мероприятия включают в себя аварийно-спасательные работы:
1. Локализация и тушение пожаров
2. Уничтожение боеприпасов
3. Укрепление конструкций зданий
4. Локализация аварий в технологических сетях
5. Извлечение людей из-под обломков

31. Какой сигнал подается при ЧС:
1. Внимание! Внимание!
2. Внимание, опасность
3. Внимание всем
4. Чрезвычайная опасность
5. Внимание, опасная ситуация

32. Руководители каких комиссий возглавляют штаб ГО школы:
1. Объектовой комиссии
2. Комиссии по оказанию ПМП
3. Эвакуационной комиссии
4. Комиссии по обслуживанию убежищ
5. Санитарной комиссии

33. Назовите основные способы эвакуации населения:
1. Пешеходный
2. Водный
3. Комбинированный
4. Транспортный
5. Одиночный

34. Кто является начальником ГО учебного заведения:
1. Учитель ОБЖ
2. Зам. Директора
3. Директор
4. Секретарь
5. Вожатый

35. Назовите группы СИЗ организма человека по характеру их воздействия:
1. Средства защиты кожи
2. Средства защиты слизистых оболочек
3. Средства защиты органов дыхания

4. Химические средства защиты
5. Медицинские средства защиты

ТЕСТ № IV

Вооруженные силы Российской Федерации

1. Выделите из нижеперечисленных виды ВС РФ:
1. Морская пехота
2. Инженерно-технические войска
3. ВВС
4. Сухопутные войска
5. РВСН

2. Определите другие войска ВС РФ:
1. МЧС России
2. ВВ МВД России
3. ммм Войска ГО
4. Ж\Д войска
5. Войска федерального агентства правительственной связи

3. Назовите рода ВС РФ:
1. Зенитно-ракетные войска
2. ВДВ
3. Тыл ВС РФ
4. Армейская авиация
5. Специальные войска

4. История военных реформ уходит в далекие времена. Определите, кто являлся инициатором перехода русского войска к армии централизованного государства:
1. Петр 1
2. В. И. Ленин
3. князь Дмитрий Иванович (1359 - 1389)
4. Иван Грозный
5. А. В. Суворов

5. Установите, какой год считается годом победы русских воинов над немецкими рыцарями на Чудском озере:
1. 1150 г.
2. 1652 г.
3. 1453 г.
4. 1242 г.
5. 1346 г.

6. Какой орган государственной власти осуществляет руководство ВС РФ:
1. Государственная дума
2. Парламент
3. Министерство обороны
4. Генеральный штаб
5. Президент

7. Под чьим командованием русская эскадра одержала победу над турками у мыса Тендра в 1790 г:
1. Петра 1
2. М. И. Кутузова
3. Ф. Апраксина
4. Ф. Ф. Ушакова
5. Л. Я. Неклюдова

8. Кто из нижеперечисленных внес существенный вклад в осуществление военной реформы советской армии 1924 – 1925 гг.:

1. И. В. Сталин
2. Л. Троцкий
3. Г. К. Жуков
4. К. К. Рокоссовский
5. М. В. Фрунзе

9. Определите основные направления современной реформы ВС РФ:

1. Финансирование научно-исследовательских и опытно-конструкторских разработок, постановка в войска новых видов вооружения
2. Обязательное участие Российских вооруженных сил в международных миротворческих операциях по поддержанию порядка
3. Полная отмена призыва на военную службу
4. Повышение социального статуса военнослужащих
5. Наращивание количества компактных частей и подразделений постоянной боевой готовности

10. Что можно отнести к органам управления ВС РФ:

1. Командования
2. Штабы
3. Управления
4. Военные комиссариаты
5. Отделы и другие структуры

11. Назовите виды фронтовой авиации:

1. Бомбардировочная
2. Штурмовая
3. Дозорная
4. Истребительная
5. Разведывательная

12. Воздушно-десантные войска – это:

1. Род войск, предназначенный для боевых действий в тылу врага
2. Вид ВС, предназначенный, для боевых действий в тылу противника
3. Вид войск, обеспечивающий выполнение боевых задач на территории, занятой противником, с применением специальной военной техники

13. Какие из приведенных ниже войск не входят в состав ВС РФ:

1. Пограничные войска, войска гражданской обороны, железнодорожные войска, войска Федерального агентства правительственной связи и информации
2. Инженерные войска, войска связи, войска радиационной, химической и биологической защиты
3. Специальные, автомобильные, дорожные, трубопроводные, радиотехнические войска

14. Выделите основные задачи современных ВС РФ:

1. Обеспечение ядерного сдерживания в интересах как ядерной, так и обычной крупномасштабной или региональной войны
2. Отражение агрессии в локальной войне
3. Поддержание конституционного строя
4. Осуществление союзнических обязательств
5. Защита от воздушно-космического нападения

15. Морально-правовая норма взаимоотношений военнослужащих в воинском коллективе, влияющая на его сплоченность и боеспособность - это:

1. Войсковое товарищество
2. Воинский коллективизм
3. Воинский долг

16. Особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и
заслуг воинской части, а также указывающий на ее принадлежность к ВС РФ, - это:

1. Боевое Знамя воинской части
2. Специальная грамота командования о присвоении воинской части гвардейского звания
3. Государственная награда воинской части за боевые заслуги

17. Военная служба исполняется гражданами:

1. В ВС РФ, пограничных войсках и войсках ГО
2. В ВС РФ, других войсках, органах и формированиях
3. Только в ВС РФ

18. Граждане РФ проходят военную службу:

1. По призыву и по контракту
2. Только в добровольном порядке
3. Только по призыву, по достижении определенного возраста

19. Какую ответственность несут военнослужащие за проступки, связанные с нарушением воинской дисциплины, норм морали и воинской чести:

1. Дисциплинарную
2. Уголовную
3. Административную

20. На военнослужащего, совершившего дисциплинарное правонарушение, могут налагаться только те дисциплинарные взыскания, которые определены:

1. В Дисциплинарном уставе ВС РФ
2. В Уголовном кодексе РФ
3. В Гражданском кодексе РФ

ТЕСТ № V

Первая медицинская помощь при несчастных случаях

1. Что называется раной:

1. Повреждение, характеризующееся нарушением целостности кожных покровов, слизистых оболочек, глубоких тканей
2. Выхождение крови из поврежденных кровеносных сосудов
3. Опасное для жизни осложнение тяжелых повреждений

2. При каких ранениях груди возникает пневмоторакс:

1. При поверхностных
2. При глубоких
3. При проникающих
4. При непроникающих

3. Какие из перечисленных видов ран не являются первично инфицированными:

1. Резаные и колотые
2. Ушибленные
3. Рубленные
4. Операционные
5. Укушенные

4. Темный цвет крови является признаком……..?

1. Артериального кровотечения
2. Венозного кровотечения
3. Капиллярного кровотечения
4. Паренхиматозного кровотечения
5. Лимфатического кровотечения

5. Резкое нарушение кровообращения мозга - это:

1. Инфаркт
2. Инсульт ишемический
3. Тромбоз
4. Миокардит
5. Инсульт геморрагический

6. Определите виды терминальных состояний человека:
1. Агония
2. Клиническая смерть
3. Предагония
4. Прекращение дыхания
5. Терминальная пауза

7. Какие этапы входят в сердечно - легочную реанимацию:
1. Искусственная вентиляция легких
2. Непрямой массаж сердца
3. Прямой массаж сердца
4. Прекардиальный удар
5. Очищение гортани

8. Какова основная цель иммобилизации конечности при травме или переломе:
1. Предупреждение травматического шока
2. Остановка кровотечения
3. Достижение неподвижности костей
4. Создание условий для наложения повязки

9. Какую транспортную шину используют при переломе бедра:
1. Шину Бехтереса
2. Шину Костоломова
3. Шину Дитерихса

10. При переломе ребер в каком состоянии на грудную клетку накладывается тугая бинтовая повязка:
1. В состоянии глубокого вдоха
2. В состоянии выдоха
3. В спокойном, расслабленном состоянии

11. Какое состояние сопровождается потерей сознания, тошнотой, рвотой, сильными головными болями, головокружением:
1. Сильный ушиб
2. Ушиб головного мозга
3. Сотрясение головного мозга

12. Какие выделяют переломы:
1. Прямые
2. Продольные
3. Осколочные
4. Спиральные

13. В чем заключается первая медицинская помощь при гипертоническом кризе:
1. Дать что-то сладкое
2. Дать анальгин или обезболивающее
3. Напоить крепким чаем
4. Голову опустить ниже ног

14. Укажите, что из нижеперечисленного относится к травмам:
1. Вывихи
2. Переломы
3. Растяжения
4. Ушибы
5. Повреждение органов брюшной помощи

15. Определите, какие действия необходимо проделать при переломе поясничного отдела позвоночника:
1. Уложить пострадавшего на твердый щит животом вверх
2. Уложить пострадавшего на твердый щит животом вниз
3. Уложить пострадавшего на твердый щит на бок

4. Усадить пострадавшего на твердый щит

3. ВОПРОСЫ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ЗАЧЕТА

1 Здоровье. Факторы, влияющие на здоровье.
2 Факторы, способствующие укрепляющие здоровья.
3 Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности.
4 Вредные привычки и их профилактика.
5 Влияние алкоголя на здоровье человека, социальных последствий употребления алкоголя и снижения умственной и физической работоспособности
6 Влияние курения на состояние здоровья. Пассивное курение и его влияние на здоровье.
7 Наркотики. Наркомания и токсикомания.
8 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества
9 Основные инфекционные болезни, пути передачи и их классификация
10 Основные инфекционные болезни и их профилактика
11 Роль социально-бытовых факторов в распространении инфекционных заболеваний
12 Чрезвычайные ситуации, понятие и классификация
13 Правила поведения в ЧС природного характера
14 Правила поведения в ЧС техногенного характера
15 РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций
16 Гражданская оборона как составная часть обороноспособности страны
17 Защитные сооружения гражданской обороны.
18 Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ
19 Назначение и правила санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения
20 Правовые основы организации защиты населения РФ от чрезвычайных ситуаций мирного времени
21 Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций
22 МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций
23 Полиция в Российской Федерации - система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств
24 Служба скорой медицинской помощи
25 История Вооруженных сил России: Военные реформы Ивана Грозного, Петра I, реформы XIX века
26 Структура советских Вооруженных Сил
27 Вооруженные Силы Российской Федерации
28 Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.
29 Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура
30 Военно-Воздушные Силы: история создания, предназначение; структура.
31 Военно-Морской Флот, история создания, предназначение, структура.
32 Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура
33 Космические войска: история создания, предназначение, структура.
34 Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура
35 Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской

Федерации, железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение

36 Воинская обязанность

37 Организация воинского учета и его предназначение.

38 Обязательная подготовка граждан к военной службе.

39 Прохождение военной службы по контракту.

40 Альтернативная гражданская служба.

41 Общие права и обязанности военнослужащих.

42 Военнослужащий - защитник своего Отечества, основные качества личности военнослужащего

43 Воинская дисциплина, ее сущность и значение.

44 Общие правила оказания первой помощи

45 Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов

46 Первая помощь при кровотечениях

47 Искусственное дыхание

48 Первая помощь при ожогах

49 Первая помощь при отравлениях

50 Первая медицинская помощь при обморожениях

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Восточно-Сибирский государственный университет технологий и управления»

Технологический колледж

Методические рекомендации

по написанию доклада

Разработчики: Касьянова Н.К.

Улан-Удэ 2018

Введение

Первый этап деятельности обучающегося – поиск соответствующих источников информации по изучаемой теме. Основные источники: книги, методические пособия и разработки, веб-страницы в Интернете. Поиск книг по интересующей проблеме обычно начинают со справочно-библиографического отдела и систематического каталога библиотеки. Каждая библиотека имеет собственный справочно-библиографический аппарат. Ее каталоги и картотеки содержат оригинальную информацию. При сходных фондах отечественных изданий каталоги научных библиотек могут отличаться по структуре и содержанию. Поэтому поиск информации в различных библиотеках может дать разные результаты. Читать же, пользоваться фондами можно в той библиотеке, которая покажется более удобной для работы с книгой.

После того, как собрана информация об основных источниках по теме, можно переходить к их изучению. При первоначальном знакомстве с книгой полезно сначала внимательно изучить аннотацию, оглавление, введение, заключение, список литературы. Список литературы должен быть достаточно полным и характеризовать осведомленность студента в изучаемой проблеме. Количество используемых источников характеризует объем проделанной студентом работы, поэтому служит важным критерием для ее оценки.

Важнейшей задачей при работе с литературными источниками является то, что нужно обратить внимание на изучение основных понятий, научных и практических проблем изучаемой темы, разных точек зрения на нее, основных теоретических и эмпирических подходов к ее исследованию. Необходимо провести анализ, сравнение, группировку, систематизацию и обобщение собранных материалов, и не ограничиваться простой компиляцией традиционных учебных знаний или теоретических рассуждений из научных трудов. Работа не должна носить репродуктивный характер.

Прежде чем делать выписки или конспектировать источник, необходимо зафиксировать точное библиографическое его описание. Это потребуется вам при оформлении списка литературы. Выписки и конспекты работ целесообразно делать на отдельных листах, так как это создаст определенные удобства в классификации материалов на завершающем этапе при написании текста работы, позволит быстрее классифицировать источники по содержанию информации.

Выбор темы доклада

Работа над докладом начинается с выбора темы исследования. Заинтересованность автора в проблеме определяет качество проводимого исследования и соответственно успешность его защиты. Выбирая круг вопросов своей работы, не стоит спешить воспользоваться списком тем, предложенным преподавателем. Надо попытаться сформулировать проблему своего исследования самостоятельно.

При определении темы нужно учитывать и его информационную обеспеченность. С этой целью, во-первых, можно обратиться к библиотечным каталогам, а во-вторых, проконсультироваться с преподавателем и библиотекарем, в третьих – изучить Интернет-ресурс по данной теме.

Если возникнет необходимость ознакомиться не только с литературой, имеющейся в библиотеке, но и вообще с научными публикациями по определенному вопросу, можно воспользоваться библиографическими указателями. Полезно также знать, что ежегодно в последнем номере научного или научно-популярного журнала публикуется указатель статей, помещенных в этом журнале за год. Отобрав последние номера журнала за несколько лет, можно разыскать по указателям, а затем найти в соответствующих номерах все статьи по той или иной теме, опубликованные в журнале за эти годы.

Структура доклада включает в себя следующие элементы:

- ✓ титульный лист;

- ✓ содержание;
- ✓ введение;
- ✓ содержание (главы и параграфы);
- ✓ заключение;
- ✓ приложение;
- ✓ список литературы и источников.

Формулирование цели и задач доклада

Выбрав тему и изучив литературу, необходимо сформулировать цель работы и составить план реферата.

Цель – это осознаваемый образ предвосхищаемого результата. Целеполагание характерно только для человеческой деятельности. Возможно, формулировка цели в ходе работы будет меняться, но изначально следует ее обозначить, чтобы ориентироваться на нее в ходе исследования. Определяясь с целью дальнейшей работы, параллельно надо думать над составлением плана: необходимо четко соотносить цель и план работы.

Можно предложить два варианта формулирования цели:

1. Формулирование цели при помощи глаголов: исследовать, изучить, проанализировать, систематизировать, осветить, изложить (представления, сведения), создать, рассмотреть, обобщить и т.д.

Обобщить – сделав вывод, выразить основные результаты в общем положении, придать общее значение чему-нибудь.
Изучить – 1. Постичь учением, усвоить в процессе обучения 2. Научно исследовать, познать 3. Внимательно наблюдая, ознакомиться, понять
Изложить – 1. Описать, передать устно или письменно 2. Кратко пересказать содержание чего-нибудь
Систематизировать- привести в систему. Система – определенный порядок в расположении и связи действий.

2. Формулирование цели с помощью вопросов.

Цель разбивается на задачи – ступеньки в достижении цели.

Задача – то, что требует исполнения, разрешения. Поставить задачу.

Работа над планом

Работу над планом доклада необходимо начать еще на этапе изучения литературы. **План – это точный и краткий перечень положений в том порядке, как они будут расположены в докладе, этапы раскрытия темы.** Черновой набросок плана будет в

ходе работы дополняться и изменяться. Существует два основных типа плана: простой и сложный (развернутый). В простом плане содержание делится на параграфы, а в сложном на главы и параграфы. Но как построить грамотно план? Конкретного рецепта здесь не существует, большую роль играет то, как предполагается расставить акценты, как сформулирована тема и цель работы. При описании, например, исторического события можно остановиться на стандартной схеме: причины события, этапы и ход события, итоги и значения исторического события.

При работе над планом необходимо помнить, что формулировка пунктов плана не должна повторять формулировку темы (часть не может равняться целому).

Работа над введением

Введение – одна из составных и важных частей работы. При работе над введением необходимо опираться на навыки, приобретенные при написании изложений и сочинений. В объеме доклада введение, как правило, составляет 1-2 компьютерного листа формата А4. Введение обычно содержит вступление, обоснование актуальности выбранной темы, формулировку цели и задач исследования, краткий обзор литературы и источников по проблеме, историю вопроса и вывод.

Вступление – это 1-2 абзаца, необходимые для начала. Желательно, чтобы вступление было ярким, интригующим, проблемным, а, возможно, тема реферата потребует того, чтобы начать, например, с изложения какого-то определения, типа «политические отношения – это…».

Обоснование актуальности выбранной темы - это, прежде всего, ответ на вопрос: «почему я выбрал(а) эту тему, чем она меня заинтересовала?». Можно и нужно связать тему доклада с современностью.

Краткий обзор литературы и источников по проблеме – в этой части работы над введением необходимо охарактеризовать основные источники и литературу, с которой автор работал, оценить ее полезность, доступность, высказать отношение к этим книгам.

История вопроса – это краткое освещение того круга представлений, которые сложились в науке по данной проблеме и стали автору известны. **Вывод –** это обобщение, которое необходимо делать при завершении работы над введением.

Требования к содержанию доклада

Содержание должно соответствовать теме, полно ее раскрывать. Все рассуждения нужно аргументировать. Доклад показывает личное отношение автора к излагаемому. Следует стремиться к тому, чтобы изложение было ясным, простым, точным и при этом выразительным. При изложении материала необходимо соблюдать общепринятые правила:

- не рекомендуется вести повествование от первого лица единственного числа (такие утверждения лучше выражать в безличной форме);
- при упоминании в тексте фамилий обязательно ставить инициалы перед фамилией;
- каждая глава (параграф) начинается с новой строки;
- при изложении различных точек зрения и научных положений, цитат, выдержек из литературы, необходимо указывать источники, т.е. приводить ссылки.

Правила оформления ссылок

В докладе сведения об использованной литературе приводятся чаще всего в квадратных скобках после слов, к которым относятся. В скобках сначала указывается номер книги в списке литературы, а затем через запятую страница. Если ссылка оформляется на цитату из многотомного сочинения, то после номера книги римской цифрой указывается номер тома, а потом номер страницы.

Примеры: [1,145]; [4,II,38].

Работа над заключением

Заключение – самостоятельная часть доклада. Оно не должно быть перефразировкой содержания работы. Заключение должно содержать:

- основные выводы в сжатой форме;
- оценку полноты и глубины решения тех вопросов, которые вставали в процессе изучения темы.

Оформление приложения

Приложение помещается после заключения и включает материалы, дополняющие основной текст доклада. Это могут быть таблицы, схемы, фрагменты источников, иллюстрации, фотоматериалы, словарь терминов, афоризмы, изречения, рисунки и т.д.
Примеры оформления:

Приложение 1. Терминологический словарь “Госслужба”.

Приложение 2. Структура деятельности. Схема.

Приложение 3. Реестр государственных должностей

В тексте необходимо делать примечания. Пример: (см. приложение 1, С.21).
Приложение является желательным, но не обязательным элементом доклада.

Правила оформления библиографических списков

Список литературы помещается в конце реферата и пронумеровывается.

1. **Правила оформления списка законодательно-нормативных актов**

Законодательно-нормативные акты располагаются в списке использованной литературы в следующей последовательности: Конституция РФ, кодексы РФ (гражданский, налоговый, административный, финансовый, трудовой), законы РФ, указы Президента РФ, акты Правительства РФ, акты министерств и ведомств, решения иных государственных органов. В списке использованной литературы необходимо указать полное название акта, дату его принятия, номер, а также официальный источник и количество страниц. Акты, имеющие однопорядковое значение, располагаются по мере их издания.

Пример 1:

1.Налоговый кодекс Российской Федерации: Часть вторая (в редакции Федеральных законов от 09.07.99 № 154-ФЗ, от 02.01.2000 №13-ФЗ). – 2001. – 237 с.

2. Конституция Российской Федерации (принята на всенародном голосовании 12.12.1993г.) (С поправками) Справочно-правовая система «Консультант Плюс» [Электронный ресурс]/ Компания «Консультант Плюс». – последнее обновление 01.12.2012г.

2. **Правила оформления списка научной литературы и материалов периодической печати**

Список литературы составляется в алфавитном порядке. При этом сначала указываются монографические издания, затем авторефераты диссертаций, статьи в журналах и газетах. По каждому источнику указываются библиографические данные: фамилия и инициалы автора (авторов), название, город, наименование издательства, год издания, количество страниц.

Если произведение написано тремя авторами, то их фамилии и инициалы указываются через запятую. При количестве авторов, равном четырем и более, указываются фамилии и инициалы первых трех, а вместо фамилий остальных авторов отмечается «и др.». Название произведения пишется без сокращений и без кавычек. Если в названии имеются заголовок и подзаголовок, то они разделяются двоеточием. Подзаголовок также пишется без кавычек, после чего ставится точка.

Место издания пишется с прописной буквы. При этом сокращенно разрешается писать только места издания: Москва – М. и Санкт-Петербург – СПб. Наименование издательства пишется с прописной буквы без кавычек. После наименования издательства ставится запятая.

Том или часть пишут с прописной буквы сокращенно с точкой (Т., Ч.). Выпуск пишется сокращенно также с прописной буквы с точкой (Вып.).

При обозначении года указываются только цифровые данные и ставится точка. После точки через тире указывается количество страниц в источнике.

При использовании материалов периодической печати (журнальные или газетные статьи) указываются фамилия и инициалы автора, название статьи, газеты или журнала, год, дату (газеты или № журнала). Страницы пишутся с прописной буквы, сокращенно (С.).

Список использованной литературы завершается указанием (при необходимости) источников, опубликованных в электронном виде, с указанием сайтов, на которых они размещены.

Пример 2:

1.Шеремет А.Д. Теория экономического анализа: Учебник. – М.: ИНФРА – М, 2002. – 333 с.

2. Официальный сайт Президента Российской Федерации [Электронный ресурс] / Администрация Президента РФ. – Москва, 2001. – Режим доступа: www.president.kremlin.ru

Требования к оформлению реферата

Текст работы пишется разборчиво на одной стороне листа (формата А4) с широкими полями слева, страницы пронумеровываются. При изложении материала нужно четко выделять отдельные части (абзацы), главы и параграфы начинать с новой страницы, следует избегать сокращения слов.

Если работа набирается на компьютере, следует придерживаться следующих правил (в дополнение к вышеуказанным):

- набор текста необходимо осуществлять стандартным 12 шрифтом;
- заголовки следует набирать 14 шрифтом (выделять полужирным) ;
- межстрочный интервал полуторный;
- разрешается интервал между абзацами;
- отступ в абзацах 1-2 см.;
- поле левое 2,5 см., остальные 2 см.;
- нумерация страницы снизу или сверху посередине листа;
- объем реферата 20-24 страницы.

Подготовка к защите и порядок защиты доклада

Необходимо заранее подготовить тезисы выступления (план-конспект).

Порядок защиты доклада:

1. Краткое сообщение, характеризующее задачи работы, ее актуальность, полученные результаты, вывод и предложения.
2. Ответы студента на вопросы преподавателя.
3. Отзыв руководителя-консультанта о ходе выполнения работы.

Советы для обучающихся по защите доклада:

На защиту отводится чаще всего около 15-20 минут. При выступлении постарайтесь соблюсти приведенные ниже рекомендации.

- Готовясь к ответу, Вы должны вспомнить материал максимально подробно, и это должно найти отражение в схеме Вашего ответа. Но тут же необходимо выделить главное, что наиболее важно для понимания материала в целом, иначе Вы сможете

проговорить все 15-20 минут и не раскрыть существа вопроса. Особенно строго следует отбирать примеры и иллюстрации.

- Вступление должно быть очень кратким – 1-2 фразы (если Вы хотите подчеркнуть при этом важность и сложность данного вопроса, то не говорите, что он сложен и важен, а покажите его сложность и важность).
- Полезно вначале показать свою схему раскрытия вопроса, а уж потом ее детализировать.
- Рассказывать будет легче, если Вы представите себе, что объясняете материал очень способному и хорошо подготовленному человеку, который не знает именно этого раздела, и что при этом Вам обязательно нужно доказать важность данного раздела и заинтересовать в его освоении.
- Строго следите за точностью своих выражений и правильностью употребления терминов.
- Не пытайтесь рассказать по больше за счет ускорения темпа.
- Не демонстрируйте излишнего волнения и не напрашивайтесь на сочувствие.
- Будьте особенно внимательны ко всем вопросам преподавателя и аудитории, к малейшим замечаниям. Преподаватель поможет Вам припомнить новый, дополнительный материал. Воспользуйтесь его поддержкой.
- Не бойтесь дополнительных вопросов! Если Вас прервали, а при оценке ставят в вину пропуск важной части материала, не возмущайтесь, а покажите план своего ответа, где эта часть стоит несколько позже того, на чем Вы были прерваны.
- Прежде чем отвечать на дополнительный вопрос, необходимо сначала правильно его понять. Для этого нужно хотя бы немного подумать, иногда переспросить, уточнить: правильно ли Вы поняли поставленный вопрос. И при ответе следует соблюдать тот же принцип экономности мышления, а не высказывать без разбора все, что Вы можете сказать.
- Будьте доброжелательны и тактичны при ответе на дополнительные вопросы.

Образец оформления содержания

Содержание

Введение ……..……3
1.
1.1. ……..5
1.2. ……7
1.3. ……..9

2.
2.1. ….……11
2.2. ……13

3.
3.1. ……15
3.2. ……18
3.3. ……21

Заключение ……22
Приложение ……23
Список используемой литературы ……...24

План-график работы над докладом

Этапы работы	**Содержание работы студента**	**Форма отчетности студента**	**Срок исполнения**	**Содержание работы преподавателя**
1. Вводный	Выбор темы доклада, поиск и ознакомление с литературой, формулирование цели и задач работы, составление плана	Вариант плана, цель и задачи работы, список литературы		Консультация, коррекция деятельности, проверка плана доклада и списка литературы
2.Основной	Работа над основным содержанием и заключением доклада	Краткие тезисы, подробный план работы, черновые записи		Устное собеседование, индивидуальная консультация, коррекция
3. Заключительный	Оформление доклада	Завершенный доклад		Проверка, рецензирование работы, возврат доклада
4. Защита реферата	Подготовка к защите	Защита		Принятие защиты доклада

МИНОБРНАУКИ РФ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Восточно-Сибирский государственный университет технологий и управления»

Технологический колледж

ДОКЛАД
на тему «Первая помощь при ожогах»

Выполнил(а):
студент(ка) группы _____
(ФИО студента)

Проверил:
преподаватель_____
(ФИО преподавателя)

Улан-Удэ 2018