

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ЭКОНОМИКИ И СЕРВИСА

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП.10 Безопасность жизнедеятельности

программы подготовки специалистов среднего звена
49.02.01 Физическая культура

на базе основного общего образования

Форма обучения: *очная*

Рабочая программа учебной дисциплины *ОП.10 «Безопасность жизнедеятельности»* разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного приказом Минобрнауки России от «11» августа 2014 г. № 976, примерной образовательной программой.

Разработчик(и):

Куликова В.В., преподаватель ОСПО филиала ФГБОУ ВО «ВГУЭС» в г. Находке.

Рассмотрено и одобрено на заседании межпредметной цикловой методической комиссии

Протокол № 9 от «30» марта 2020 г.

Председатель МПЦК  Фадеева Н.П.

Содержание

1	Общие сведения	4
2	Структура и содержание учебной дисциплины	7
3	Условия реализации программы дисциплины	19
4	Контроль результатов освоения учебной дисциплины	20

1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ ОП.10 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1.1. Место учебной дисциплины в структуре ППСЗ

Учебная дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» относится к базовой части общепрофессиональных дисциплин профессионального учебного цикла основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена 49.02.01 Физическая культура на базе основного общего образования.

1.2. Требования к результатам освоения учебной дисциплины

Базовая часть

В результате освоения дисциплины студент должен уметь:

- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- применять первичные средства пожаротушения;
- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
- оказывать первую помощь пострадавшим.

В результате освоения дисциплины студент должен знать:

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
- основы военной службы и обороны государства;
- задачи и основные мероприятия гражданской обороны;
- способы защиты населения от оружия массового поражения;
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;
- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящие на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;
- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

Вариативная часть – не предусмотрено

Содержание дисциплины должно быть ориентировано на подготовку студентов к освоению профессиональных модулей ППСЗ по специальности 49.02.01 Физическая культура и овладению профессиональными компетенциями (ПК):

- ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.
- ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.
- ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.
- ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.
- ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.
- ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.
- ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
- ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.
- ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
- ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
- ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.
- ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
- ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
- ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
- ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.
- ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.
- ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
- ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
- ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

В процессе освоения дисциплины у студентов должны формироваться общие компетенции (ОК):

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

1.3. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	102
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	68
в том числе:	
практические занятия	22
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	23
в том числе:	
Углубленное изучение темы по дополнительным библиотечным и электронным источникам. Подготовка сообщений, докладов, рефератов, презентаций.	
Консультации	11
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.10 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

2.1. Тематический план и содержание

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Чрезвычайные ситуации мирного времени. Тема 1.1. Безопасное поведение в быту.	Содержание учебного материала	2	
	1. Опасность, возникающая при нарушении правил обращения с электрическими и электронными приборами. Правила безопасного использования электрических и электронных приборов.		2-3
	2. Компьютер и здоровье.		
	3. Опасные вещества и средства бытовой химии. Опасности, возникающие при нарушении правил пользования ими. Действие опасных веществ и препаратов бытовой химии на организм человека и правила оказания помощи при отравлениях и ожогах.		
	4. Правила безопасного использования различных инструментов при выполнении хозяйственных работ дома.		
	Практические занятия Изготовление демонстрационного материала и наглядных пособий в виде рисунков и плакатов на тему: Безопасность в быту. Защита сообщений, докладов, рефератов, презентаций. Индивидуальная и групповая работа. Участие в устном опросе (индивидуальном, фронтальном, комбинированном).	2	
Самостоятельная работа обучающихся Подготовка докладов, рефератов на тему: Факторы, угрожающие жизни человека в повседневных условиях быта.	2		
Тема 1.2. Безопасное поведение при пожаре.	Содержание учебного материала	2	
	1. Причины пожаров в жилых и общественных зданиях. Последствия пожаров.		2-3
	2. Системы оповещения при пожаре. Эвакуация из горящего здания.		
	3. Правила безопасного поведения при пожаре: в квартире, в общественном месте.		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
	4. Основные типы огнетушителей. Правила пользования огнетушителем. Практические занятия Изготовление демонстрационного материала и наглядных пособий в виде рисунков и плакатов на тему: Правила пожарной безопасности. Защита сообщений, докладов, рефератов, презентаций. Индивидуальная и групповая работа. Участие в устном опросе (индивидуальном, фронтальном, комбинированном). Самостоятельная работа обучающихся Подготовка докладов, рефератов на тему: Основные законодательные документы в области охраны труда и пожарной безопасности.	2	
Тема 1.3. Безопасность дорожного движения.	Содержание учебного материала 1. Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. 2. Причины дорожно-транспортных происшествий. 3. Правила безопасного поведения пешехода на дорогах. Правила безопасного поведения велосипедиста на дороге. 4. Краткая характеристика современных видов транспорта. Правила безопасного поведения пассажиров на транспорте. Правила поведения при авариях и пожарах в различных видах транспорта. Практические занятия Изготовление демонстрационного материала и наглядных пособий в виде рисунков и плакатов на тему: Безопасность дорожного движения. Защита сообщений, докладов, рефератов, презентаций. Индивидуальная и групповая работа. Участие в устном опросе (индивидуальном, фронтальном, комбинированном). Самостоятельная работа обучающихся Подготовка докладов, рефератов на тему: Опасные ситуации и правила поведения на железнодорожном, водном и воздушном транспорте.	2	2-3
Тема 1.4. Безопасное поведение в	Содержание учебного материала 1. Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и	2	2-3

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения	
ситуациях криминального характера.		хулиганов. Самооценка поведения.			
	2.	Психологические приемы самозащиты. Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте.			
	3.	Правила обеспечения личных вещей. Правила защиты от мошенников. Основные виды мошенничества.			
	4.	Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства.			
		Практические занятия Изготовление демонстрационного материала и наглядных пособий в виде рисунков и плакатов на тему: Правила самозащиты при нападении. Защита сообщений, докладов, рефератов, презентаций. Индивидуальная и групповая работа. Участие в устном опросе (индивидуальном, фронтальном, комбинированном).	2		
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка докладов, рефератов на тему: Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника.	2			
Тема 1.5. Автономное существование человека в природных условиях.		Содержание учебного материала	2		
	1.	Причины попадания человека в условиях автономного существования: авария, отстал, заблудился.			2-3
	2.	Факторы риска на природе: холод, жара, страх, одиночество.			
	3.	Выживание в автономных условиях. Оборудование укрытий в зимнее, летнее время.			
	4.	Добывание огня, разведение костра, обогрев временного жилища.			
	Практические занятия Изготовление демонстрационного материала и наглядных пособий в виде рисунков и плакатов на тему: Выживание в природных условиях. Защита сообщений, докладов, рефератов, презентаций. Индивидуальная и групповая работа. Участие в устном опросе (индивидуальном, фронтальном, комбинированном).	2			
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка докладов, рефератов на тему: Ориентирование на местности.	2			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
Тема 1.6. Безопасное поведение на водоемах.	Содержание учебного материала	2	
	1. Безопасная переправа через водную преграду в разное время года. Преодоление болот и трясин.		2-3
	2. Основные правила при купании. Способы и средства спасения утопающих.		
	3. Безопасное поведение на водоемах в зимнее время. Определение прочности льда визуально. Переправа через лед в начале и конце зимы.		
Раздел 2. Чрезвычайные ситуации природного характера. Тема 2.1. Чрезвычайные ситуации геофизического характера.	Содержание учебного материала	2	
	1. Происхождение землетрясений. Очаг землетрясений.		2-3
	2. Прогнозирование землетрясений. Последствия землетрясений.		
	3. Рациональное размещение объектов в сейсмоопасных зонах.		
	4. Правила поведения во время и после землетрясения. Мероприятия по защите при землетрясении.		
Практические занятия Изготовление демонстрационного материала и наглядных пособий в виде рисунков и плакатов на тему: Правила поведения на водоемах. Защита сообщений, докладов, рефератов, презентаций. Индивидуальная и групповая работа. Участие в устном опросе (индивидуальном, фронтальном, комбинированном).	2		
Самостоятельная работа обучающихся Подготовка докладов, рефератов на тему: Чрезвычайные ситуации геологического характера.	2		
Тема 2.2. Чрезвычайные ситуации	Содержание учебного материала	2	
	1. Основные виды наводнений их характеристика.		2-3

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
гидрологического характера.	2.	Причины наводнений. Прогнозирование наводнений. Последствия.		
	3.	Правила поведения во время и после наводнения.		
	4.	Мероприятия по защите людей при наводнении.		
	5.	Комплекс защитных сооружений.		
Тема 2.3. Чрезвычайные ситуации метеорологического характера.	Содержание учебного материала		2	2-3
1.	Основные виды чрезвычайных ситуаций метеорологического характера. Причины и последствия.			
2.	Поражающие факторы и степень негативного влияния на жизнь и безопасность людей.			
3.	Предупредительные мероприятия. Оповещение населения. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях метеорологического характера. Меры, принимаемые по защите населения.			
Тема 2.4. Лесные и торфяные пожары.	Содержание учебного материала		2	2-3
1.	Классификация лесных пожаров по характеру распространения горения. Основные факторы и причины лесных пожаров.			
2.	Правила безопасного поведения при лесных и торфяных пожарах. Способы тушения лесных пожаров.			
3.	Основные запреты в лесу в целях предупреждения пожаров в пожароопасный период.			
Раздел 3. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Тема 3.1. Производственные катастрофы и аварии на технически опасных предприятиях.	Содержание учебного материала		2	2-3
1.	Понятие о промышленных авариях и катастрофах. Потенциально опасные объекты.			
2.	Радиационно-опасные объекты (РОО). Радиационные аварии, их виды, динамика развития, основные опасности, расчет режимов радиационной защиты населения и производственной деятельности объекта.			
3.	Химически опасные объекты (ХОО), их группы и классы опасности. Основные способы хранения и транспортировки химически опасных веществ. Общие меры профилактики аварий на ХОО.			
4.	Пожароопасные и взрывоопасные объекты. Основы теории горения и взрыва. Классификация взрывчатых веществ.			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка докладов, рефератов на тему: Крупнейшие катастрофы и аварии в мире.	2	
Тема 3.2. Обеззараживание территории.	Содержание учебного материала 1. Классификация обеззараживание территории. Способы и порядок проведения обеззараживании территорий. 2. Действия состава формирований ГО при проведении обеззараживания и меры безопасности. 3. Способы дезактивации зараженных поверхностей, зданий и сооружений. Дегазация и дезинфекция зараженных поверхностей зданий или сооружений.	2	2-3
Тема 3.3. Устойчивость производств в условиях чрезвычайных ситуаций.	Содержание учебного материала 1. Общие понятия об устойчивости объектов экономики в чрезвычайных ситуациях. Основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики. 2. Обеспечение надежной защиты рабочих и служащих, повышение надежности инженерно-технического комплекса, обеспечение надежности и оперативности управления производством, подготовка объектов к переводу на аварийный режим работы, подготовка к восстановлению нарушенного производства.	2	2-3
Раздел 4. Чрезвычайные ситуации военного времени. Тема 4.1. Гражданская оборона и организация защиты и жизнеобеспечения в чрезвычайных ситуациях.	Содержание учебного материала 1. История российской гражданской обороны. Гражданская оборона, ее место в системе общегосударственных мероприятий гражданской защиты. 2. Структура ГО в РФ. Задачи ГО, руководство ГО, органы управления ГО, силы ГО, гражданские организации ГО. 3. Структура ГО на промышленном объекте. Планирование мероприятий по гражданской обороне на объектах.	2	2-3
Тема 4.2.	Содержание учебного материала	2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
Российская система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	1.	История создания РСЧС.		2-3
	2.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС): задачи и структура. Территориальные подсистемы РСЧС. Функциональные подсистемы РСЧС. Уровни управления и состав органов по уровням.		
	3.	Координирующие органы, органы управления по делам ГО и ЧС, органы повседневного управления.		
	4.	Режимы чрезвычайных ситуаций.		
Тема 4.3. Оружия массового поражения.	Содержание учебного материала		2	2-3
	1.	Характеристика ядерного оружия. Виды взрывов. Поражающие факторы ядерного оружия.		
	2.	Особенности поражающего действия нейтронных боеприпасов. Очаг ядерного поражения. Зоны радиоактивного заражения на следе ядерного взрыва.		
	3.	Характеристика химического оружия. Отравляющие химические вещества, средства борьбы и защиты от них. Очаг химического поражения.		
	4.	Бактериологическое (биологическое) оружие. Характеристика бактериальных средств. Очаг бактериологического поражения. Признаки применения бактериологического оружия.		
	5.	Обсервация и карантин. Защитные мероприятия от оружий массового поражения.		
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка докладов, рефератов на тему: Современные поражающие факторы.		2	
Тема 4.4. Основные мероприятия по защите населения по локализации и ликвидации последствий	Содержание учебного материала		2	2-3
	1.	Основные принципы и нормативно-правовая база защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Деятельность государства в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.		
		2.		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
чрезвычайных ситуаций.		Федерации в области безопасности жизнедеятельности.		
	3.	Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций. Порядок использования инженерных сооружений для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.		
	4.	Организация и выполнение эвакуационных мероприятий. Основные положения по эвакуации населения в мирное и военное время. Организация эвакомероприятий.		
Тема 4.5. Коллективные средства защиты (КСЗ) населения.	Содержание учебного материала		2	2-3
	1.	Виды коллективных средств защиты.		
	2.	Классификация и порядок заполнения защитных сооружений, правила пребывания в них.		
	3.	Укрытия простейшего типа и их устройство.		
	4.	Обязанности руководителей по организации выполнения инженерных мероприятий защиты.		
Тема 4.6. Средства индивидуальной защиты (СИЗ) населения.	Содержание учебного материала		1	2-3
	1.	Виды средств индивидуальной защиты и правила их использования. Применение средств индивидуальной защиты в чрезвычайных ситуациях.		
	2.	Назначение и порядок применения средств индивидуальной защиты органов дыхания, кожи и средств медицинской защиты в чрезвычайных ситуациях.		
	3.	Простейшие СИЗ и правила их изготовления. Аптечка индивидуальная АИ-2.		
	Практические занятия Защита сообщений, докладов, рефератов, презентаций. Индивидуальная и групповая работа. Участие в устном опросе (индивидуальном, фронтальном, комбинированном).		2	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка докладов, рефератов на тему: Средства индивидуальной защиты.		2	
Раздел 5. Основы военной службы.		1	2-3	
1.	Обеспечение национальной безопасности Российской Федерации.			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
Тема 5.1. Организационная структура Вооруженных Сил РФ.		Национальные интересы России. Основные угрозы национальной безопасности Российской Федерации. Терроризм как серьезная угроза национальной безопасности России.		
	2.	Военная доктрина Российской Федерации. Обеспечение военной безопасности Российской Федерации, военная организация государства, руководство военной организацией государства.		
	3.	Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.		
	4.	Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.		
Тема 5.2. Воинские символы и боевые традиции Вооруженных Сил.	Содержание учебного материала		1	2-3
	1.	Дни воинской славы России – Дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.		
	2.	Дружба, войсковой товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.		
	3.	Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.		
	4.	Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.		
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка сообщений, докладов, рефератов, презентаций, демонстрационного материала.		2	
Тема 5.3. Организация воинского учета и его предназначение.	Содержание учебного материала		1	2-3
	1.	Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету.		
	2.	Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.		
	3.	Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе.		
Тема 5.4.	Содержание учебного материала		1	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
Особенности прохождения военной службы.	1.	Правовые основы военной службы. Призыв на военную службу.	3	2-3
	2.	Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.		
	3.	Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.		
	4.	Основные условия прохождения военной службы по контракту. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы.		
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка сообщений, докладов, рефератов, презентаций на тему: Особенности военной службы.			
Тема 5.5. Воинская дисциплина, ее сущность и значение.	Содержание учебного материала		1	
	1.	Дисциплинарные взыскания налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву.		2-3
	2.	Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношения между военнослужащими, самовольная отлучка, самовольное оставление части, дезертирство).		
Раздел 6. Основы организации медицинской службы гражданской обороны. Тема 6.1. Первая медицинская помощь при ранениях.	Содержание учебного материала		1	
	1.	Понятие первой медицинской помощи. Основные цели и задачи оказания первой медицинской помощи. Общие правила оказания первой медицинской помощи.		2-3
	2.	Ранения, их классификация. Понятия об «асептике» и «антисептике». Первая медицинская помощь при ранениях.		
	3.	Кровотечения, их виды. Способы остановки кровотечений. Правила наложения жгута. Правила наложения повязок при ранениях и их виды.		
	Практические занятия Защита сообщений, докладов, рефератов, презентаций. Индивидуальная и групповая работа. Участие в устном опросе (индивидуальном, фронтальном, комбинированном).			2
Тема 6.2. Первая медицинская	Содержание учебного материала		1	
	1.	Травмы и виды травм. Первая медицинская помощь при травмах.		2-3

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.		Травматический шок.		
	2.	Первая медицинская помощь при вывихах, ушибах и растяжении связок.		
	3.	Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.		
	4.	Первая медицинская помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины.		
	5.	Способы иммобилизации и переноски пострадавшего.		
Тема 6.3. Первая медицинская помощь при остановке сердца.	Содержание учебного материала		1	2-3
	1.	Сердечно-сосудистые заболевания.		
	2.	Понятие клинической смерти и реанимация.		
	3.	Правила проведения сердечно-легочной реанимации. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция легких способом «изо рта в рот» и «изо рта в нос».		
Тема 6.4 Первая медицинская помощь при поражении электрическим током, тепловом ударе, обморожении, отравлениях.	Практические занятия Защита сообщений, докладов, рефератов, презентаций. Индивидуальная и групповая работа. Участие в устном опросе (индивидуальном, фронтальном, комбинированном).		2	
	Содержание учебного материала		1	2-3
	1.	Воздействие электрического тока на человека, шаговое напряжение.		
	2.	Способы повышение электробезопасности в электроустановках: защитное заземление, зануление, защитное отключение, другие средства защиты. Оградительные и предупредительные средства.		
	3.	Тепловой и солнечный удары. Ожоги. Обморожения и замерзание. Эпилептический припадок. Утопление. Виды отравлений.		
4.	Оказание доврачебной помощи.			
Тема 6.5.	Практические занятия Защита сообщений, докладов, рефератов, презентаций. Индивидуальная и групповая работа. Участие в устном опросе (индивидуальном, фронтальном, комбинированном).		2	
	Содержание учебного материала		1	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
Обязанности сандружинниц по уходу за пораженными больными ОВ и СДЯВ.	1.	Оборудование и содержание палат.		2-3
	2.	Санитарная обработка больных и раненых. Подготовка ванны и обработка больных.		
	3.	Наблюдение за пульсом, дыханием.		
	4.	Грелки, пузыри со льдом, компрессы, горчичники. Промывание желудка, клизмы, отвод газов.		
Консультации			11	
Всего:			102	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Кабинет безопасности жизнедеятельности

Основное оборудование: количество посадочных мест – 68 шт., доска меловая – 1 шт., лабораторный стол – 1 шт., шкаф книжный – 2 шт., стол для преподавателя – 1 шт., стул для преподавателя – 1 шт.; количество персональных компьютеров с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации -1 (монитор 17' Acer, системный блок: процессор Intel(R) Pentium(R) Dual CPU E2180 @ 2.00GHz , ОЗУ 2 Гб, HDD 250 Гб) 1 экран Draper, 1 проектор Sanyo PLC, настенные плакаты; Стенд «Беспроводная система речевого оповещения Орфей», Стенд «Внутриобъектовая охранно-пожарная радиосистема Стрелец с системой передачи», Стенд «Комплекс средств пожарной сигнализации и автоматики на базе приборов Радуга-2 и Радуга-4А с вариантом, Стенд «Прибор приемно-контрольный охранно-пожарный» АККОРД-512», Стенд «Радиосистема тревожной сигнализации «РАДПОКНОПКА», Робот-тренажер «ГОША», Лабораторный стенд «Защита от СВЧ-излучения» БЖ 5м, Лабораторный стенд «Средства обеспечения электробезопасности» БЖС 5

Программное обеспечение: Microsoft Windows 7 Professional Russian (Academic Open license №47882164, бес-срочная), Microsoft Office 2007 RUS (лицензия №44216302, бессрочная), Winrar (электронная лицензия №RUK-web-1355405, бессрочная), Adobe Google Chrome (свободное); Adobe Acrobat Reader (свободное); Adobe Flash Player (свободное), Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows (лицензия №17E0200430130957417676, действительна с 30.04.2020-05.08.2022), Java(TM) 6 Update 26 (свободное), справочно-правовая система Консультант-Плюс (договор №2020-A0130 от 01.02.2020, срок действия до 31.12.2020)

Стрелковый тир в электронной модификации:

Основное оборудование: количество посадочных мест – 13 шт., стол для преподавателя - 1 шт., стол для преподавателя компьютерный – 1 шт., стул для преподавателя – 1 шт., доска меловая – 1 шт.; количество персональных компьютеров с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации -9 (Монитор 22' LG , системный блок процессор: Intel(R) Core(TM) i5-2310 CPU @ 2.90GHz, ОЗУ 4 Гб, HDD 500Гб), 1 экран Projecta, 1 проектор Sanyo PLC-XU75 , интерактивная доска TRIUMPHBOARD BeamEnabled, навесной проектор Epson EB1720, ПК HP 8000, учебно-методический интерактивный стрелковый комплекс «Рубин» ИЛТ-110(комплектация: лазерная винтовка ЛТ-512С – 2 шт., цифровая инфракрасная камера «Рубин», программное обеспечение «ГТО» для обучения и сдачи нормативов)

Программное обеспечение: Microsoft Windows Professional 8.1 64 bit Russian Upgrade Academic OPEN (Academic license №61125270, бессрочная), Microsoft Office 2007 RUS (лицензия №44216302, бессрочная), Winrar (электронная лицензия №RUK-web-1355405, бессрочная), Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows (лицензия №17E0200430130957417676, действительна с 30.04.2020 по 05.08.2022), Adobe Photoshop CS4 (лицензия №13301000-2367-8712-9229-8553, бессрочная), Java(TM) 6 Update 26 (свободное), Eclipse (свободное), Note Pad ++(свободное), Sublime Text Build 3211(свободное), Zeal-0.6.1(свободное), Ninja-ide-2.3(свободно), Gimp-2.10.22(свободное), Firefox Setup 52.9.0esr (свободное), Adobe Google Chrome(свободное); Adobe Acrobat Reader (свободное); Adobe Flash Player (свободное), платформа «1С:Предприятие 8.3» (комплект для обучения в выс-ших и средних учебных заведениях, лицензия №ОС-01/1693, бессрочная), Autodesk 3ds Max 2018 64 bit Academic Edition (лицензия №568-74573589 для учебных заведений, действительна до 21.10 2021), CorelDRAW(R) Graphics Suite X4 (лицензия № DR14C22-GAYEHND-259CBV7-B4V4L4U, бессрочная), AutoCAD 2010 Academic Edition for SUBS New NLM 20 Pack (+2 teacher) (лицензия

№351-73171484 бессрочная), справочно-правовая система КонсультантПлюс (договор №2020-А0130 от 01.02.2020, срок действия до 31.12.2020)

3.2. Информационное обеспечение обучения (перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы)

Основные источники:

1. Микрюков, В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + е Приложение: учебник / Микрюков В.Ю. — Москва: КноРус, 2018. — 290 с. <https://book.ru/book/927027>
2. Безопасность жизнедеятельности. Практикум : учебное пособие для среднего профессионального образования / Я. Д. Вишняков [и др.] ; под общей редакцией Я. Д. Вишнякова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 249 с. <https://urait.ru/bcode/434608>
3. Тягунов, Г.В. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Тягунов Г.В., Волкова А.А., Шишкунов В.Г., Барышев Е.Е. — Москва : КноРус, 2021. — 274 с. <https://book.ru/book/936241>
4. Косолапова, Н.В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум : учебное пособие / Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. — Москва : КноРус, 2020. — 155 с. <https://book.ru/book/932500>

Интернет-ресурсы:

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <http://www.eLIBRARY.RU>
2. Ресурс Цифровые учебные материалы <http://abc.vvsu.ru/>
3. ЭБС «Руконт»: <http://www.rucont.ru/>
4. ЭБС «Юрайт»: <http://www.biblio-online.ru/>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, докладов, рефератов, контрольных работ, презентаций в ходе самостоятельной работы.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
уметь:	
организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций	проверка индивидуальных и групповых домашних заданий, экспертная оценка выполнения практической деятельности, демонстрация умения использовать средства индивидуальной защиты, умения применять первичные средства пожаротушения и оценка правильности их
предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту	
использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения	
применять первичные средства пожаротушения	
ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности	

применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью	применения
владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы	
оказывать первую помощь пострадавшим	
знать:	
принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России	фронтальный и индивидуальный опрос, тестирование, экспертная оценка выполнения самостоятельной работы
основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации	
основы военной службы и обороны государства	
задачи и основные мероприятия гражданской обороны	
способы защиты населения от оружия массового поражения	
меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах	
организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке	
основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящие на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО	
область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы	
порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим	

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ЭКОНОМИКИ И СЕРВИСА

КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации
по учебной дисциплине

ОП.10 Безопасность жизнедеятельности

программы подготовки специалистов среднего звена
49.02.01 Физическая культура

Форма обучения: очная

Находка 2020

Контрольно-оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по учебной дисциплине *ОП.10 «Безопасность жизнедеятельности»* разработаны в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного приказом Минобрнауки России от «11» августа 2014 г. № 976, примерной образовательной программой.

Разработчик(и): Куликова В.В., преподаватель ОСПО филиала ФГБОУ ВО «ВГУЭС» в г. Находке.

Рассмотрена на заседании МПЦК от 30 марта 2020 г., протокол № 9

Председатель МПЦК  Фадеева Н.П.

1 Общие сведения

В результате освоения учебной дисциплины ОП.10 Безопасность жизнедеятельности обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по программе подготовки 49.02.01 Физическая культура, умениями, знаниями, которые формируют общую компетенцию:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявляя ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

5.2.2. Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения.

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебнотренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

В результате освоения дисциплины студент должен уметь:

- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;

- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

- применять первичные средства пожаротушения;

- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно

- определять среди них родственные полученной специальности;

- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;

- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

- оказывать первую помощь пострадавшим;

В результате освоения дисциплины студент должен знать:

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

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

- основы военной службы и обороны государства;

- задачи и основные мероприятия гражданской обороны, способы защиты населения от оружия массового поражения;

- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

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

- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;

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

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата	Форма контроля и оценивания
Уметь У1. владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	- своевременно и чётко выполнены действия при получении сигналов оповещения при ЧС; - своевременно и правильно выполнены правила заполнения убежищ, ПРУ, соблюдены правила поведения в убежищах;	Практическая работа
У2. пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;	- правильно выполнено надевание противогаза, респиратора, ОЗК;	Практическая работа
У3. оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;	- своевременно выполнены свои гражданские обязанности согласно ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»;	Практическая работа
У4. использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности в повседневной жизни: для ведения здорового образа жизни; оказания первой медицинской помощи;	- рационально организована собственная деятельность во время выполнения мероприятий по защите населения;	Практическая работа
У5. развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;	-эффективно использованы средства индивидуальной защиты, средства коллективной защиты при возникновении ЧС;	Практическая работа
У6. вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.	чётко оценены виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;	Практическая работа
Знать: З1. - основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности	- проявлена активность, инициативность в процессе выполнения заданий;	Практическая работа

32. личности; - репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;	-рационально организована собственная деятельность во время выполнения задания;	Практическая работа
---	--	---------------------

33. - потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;	-правильно и своевременно сделан осознанный выбор способов действий из ранее известных;	Практическая работа
34. - основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	-чётко и слаженно организована работа в группе и представлена как своя, так и позиция группы.	Практическая работа
35. - основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;	-верно и правильно оценены виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту,	Практическая работа
36. - порядок первоначальной постановки на воинский учёт, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;	-рационально организована собственная деятельность во время выполнения задания;	Практическая работа
37 -состав и предназначение Вооружённых Сил Российской Федерации;	-чётко и слаженно организована работа в группе и представлена как своя, так и позиция группы;	Практическая работа
38. - основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;	-верно и правильно оценены виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту;	Практическая работа
39. - основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;	-рационально организована собственная деятельность во время выполнения задания;	Практическая работа
310. - требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;	-рационально организованы действия во время выполнения мероприятий по защите населения; -эффективно использованы средства индивидуальной защиты, средства коллективной защиты при возникновении ЧС;	Практическая работа

311. - предназначение,	-правильно^рименены	Практическая работа
------------------------	---------------------	---------------------

структуру и задачи

первичные

освоения умений и знаний учебной дисциплины:

Предметом оценки служат умения и знания, предусмотренные ФГОС по дисциплине ОП.10 Безопасность жизнедеятельности, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций.

Оценка освоения учебной дисциплины ОП.10 Безопасность жизнедеятельности предусматривает использование пятибалльной системы.

Задания для оценки освоения учебной дисциплины:

Выполнение расчетных заданий, выполнение практических заданий с использованием прикладных программ.

2.1. Типовые задания для оценки знаний и умений

Знания:

31. - основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности

32. личности;

- репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

33. - потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

34. - основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

35. - основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;

36 - порядок первоначальной постановки на воинский учёт, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;

37 - состав и предназначение Вооружённых Сил Российской Федерации;

38 - основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;

39 - основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;

310 - требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;

311 - предназначение, структуру и задачи РСЧС;

Уметь

У1. владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

У2. пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

У3. оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

У4. использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности в повседневной жизни: для ведения здорового образа жизни; оказания первой медицинской помощи;

У5. развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;

У6. вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

3. Структура контрольно-оценочных материалов для аттестации по учебной дисциплине

I. ПАСПОРТКОМ предназначен для контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины ОП.10 Безопасность жизнедеятельности по 49.02.01 Физическая культура. ННССЗ 49.02.01 Физическая культура. Дисциплина: ОП.10 Безопасность жизнедеятельности

Перечень вопросов:

1. Расшифруйте аббревиатуру РСЧС. Основная цель создания и задачи РСЧС по защите населения от чрезвычайных ситуаций.
2. Назовите и дайте характеристику режимов действия РСЧС.
3. Оружие массового поражения. Биологическое (бактериологическое) оружие. Характеристика. Защита населения от этого оружия.
4. Оружие массового поражения. Ядерное оружие: характеристика поражающих факторов и защита от них.
5. Оружие массового поражения. Химическое оружие, его применение.
6. Защита при авариях (катастрофах) на автомобильном транспорте.
7. Защита при авариях (катастрофах) на железнодорожном транспорте.
8. Защита при авариях (катастрофах) на воздушном транспорте.
9. Защита при авариях (катастрофах) на водном транспорте.
10. Защита при авариях (катастрофах) на пожароопасных объектах.
11. Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке.
12. Защита при авариях (катастрофах) на взрывоопасных объектах.
13. Обеспечение безопасности при эпидемии.
14. Обеспечение безопасности при нахождении на территории ведения боевых действий.
15. Состав и организационная структура Вооружённых Сил РФ.
16. Основные виды вооружения, военной техники российской армии.
17. Радиационно опасные объекты. Аварии на радиационно опасных объектах и их возможные последствия. Обеспечение радиационной безопасности населения.
18. Химически опасные объекты. Аварии на химически опасных объектах и их возможные последствия. Обеспечение безопасности населения.
19. Материальная часть автомата Калашникова. Работа частей и механизмов автомата.
20. Гидротехнические сооружения, возможные аварии на них и их последствия. Защита населения от последствий гидродинамических аварий.
21. Устав гарнизонной и караульной служб Вооружённых Сил РФ.
22. Дисциплинарный устав Вооружённых Сил РФ.
23. Военская обязанность и комплектование Вооружённых Сил личным составом.
24. Устав внутренней службы Вооружённых Сил РФ.
25. Система руководства и управления Вооружёнными Силами.
26. Практическое задание: с помощью статиста покажите правильность наложения повязки и жгута при ранении руки в плечо, кровотечение артериальное.
27. Практическое задание: с помощью статиста покажите правильность наложения повязки при порезе указательного пальца на правой кисти руки.
28. Практическое задание: с помощью статиста покажите правильность наложения поддерживающей повязки при переломе плеча.
29. Практическое задание: с помощью статиста покажите правильность наложения повязки, при ожоге запястья.
30. Практическое задание: одевание противогаза согласно условий норматива.
31. Практическое задание: с помощью статиста покажите правильность наложения поддерживающей повязки при переломе кисти.
32. Практическое задание, порядок сборки, разборки АК-74У.

33. Практическое задание: с помощью статистов покажите, что такое одношереножный, двухшереножный строй, построение в колонну по одному. Дайте понятия о глубине, ширине, флангах строя.
34. Практическое задание: с помощью статиста покажите правильность наложения поддерживающей повязки при переломе запястья с наложением шины.
35. Практическое задание: с помощью наглядного пособия покажите порядок действия при использовании огнетушителя.
36. Практическое задание: с помощью статиста покажите правильность наложения повязки при порезе кисти руки.
37. Практическое задание: с помощью статиста покажите правильность наложения шины при переломе ноги в голени.
38. Практическое задание: с помощью тренажёра Витим 2-3У покажите правильность выполнения действий при ИВЛ (искусственной вентиляции лёгких).
39. Практическое задание: с помощью статиста покажите правильность наложения шины при переломе ноги в стопе.
40. Практическое задание: выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.
41. Практическое задание: с помощью статиста покажите правильность действий при обморожении первой степени кисти правой руки.
42. Практическое задание: с помощью наглядного пособия покажите порядок действия при использовании огнетушителя.
43. Практическое задание: с помощью статиста покажите правильность наложения шины при переломе запястья.
44. Практическое задание: выход из строя и постановка в строй, подход к начальнику и отход от него.
45. Практическое задание: с помощью статиста покажите правильность наложения повязки при ранении кисти.
46. Практическое задание: с помощью статиста покажите порядок наложения повязки при ранении глаза.
47. Практическое задание (ситуация). Вас захватили в заложники. Как Вы должны себя вести, чтобы снизить угрозу для вашей жизни?
48. Практическое задание (ситуация). Произошла авария на атомной электростанции, возникла угроза радиоактивного загрязнения местности. Ваши действия.
49. Практическое задание (ситуация). В районе вашего проживания произошла авария на химически опасном объекте с выбросом в атмосферу аварийно химически опасного вещества. Ваши действия.
50. Практическое задание (ситуация). Во время прогулки по лесу в пожароопасный период Вы уловили запах дыма и поняли, что попали в зону лесного пожара. Ваши действия.
51. Практическое задание (ситуация). Вы зашли, в подъезд дома. В подъезде ощущается сильный запах дыма. Ваши действия..
52. Практическое задание (ситуация). В вашей квартире начался пожар. Ваши действия.
53. Практическое задание (ситуация). Загорелся телевизор. Ваши действия.
54. Практическое задание (ситуация). Ваши действия при обнаружении пожара.
55. Практическое задание (ситуация). В соответствии с планом мероприятий по гражданской обороне техникума директор попросил вашего классного руководителя предоставить информацию о размерах противогазов обучающихся в группе. Какой размер вашего противогаза Вы назвали и как Вы его определили?
56. Практическое задание (ситуация). Вы находитесь в общественном месте (на стадионе и т. п.). Вдруг по какой-то причине началась паника. Ваши действия по соблюдению мер личной безопасности в данном случае.
57. Практическое задание (ситуация). Произошла авария с выбросом хлора. Ваши действия по соблюдению мер личной безопасности в данном случае.

58. Практическое задание (ситуация). Вы оказались в толпе (митинг, шествие, демонстрация). Ваши действия по соблюдению мер личной безопасности в данном случае.
59. Практическое задание (ситуация). Вам необходимо в течение нескольких часов поработать на компьютере, чтобы подготовить реферат по безопасности жизнедеятельности. Каким образом Вы организуете режим работы на компьютере?
60. Практическое задание (ситуация). Вы регулярно дома употребляете питьевую воду. Ваши действия, чтобы уберечь организм от воздействия болезнетворных микробов, вызывающих инфекционные заболевания (холеру, дизентерию и т.п.), от избытка солей кальция. Как избежать последствий хлорирования, гиперхлорирования воды.
61. Практическое задание (ситуация). Во время просмотра телепередачи пропало изображение на экране телевизора и Вы почувствовали запах дыма: Ваши действия.
62. Практическое задание (ситуация). В вашем районе проживания произошла авария с выбросом аммиака. Ваши действия.
63. Практическое задание (ситуация). Вы находитесь дома, услышали звуки сирены и прерывистые гудки. Ваши действия.
64. Практическое задание (ситуация). Вы попали в железнодорожную катастрофу. Ваши действия с целью уменьшения факторов риска для жизни и здоровья.
65. Практическое задание (ситуация). Вы (гражданин Н.) предполагали, что во время текущего призыва будете призваны на военную службу. Не желая выполнять свой конституционный долг скрывались от призыва на съемной квартире, но были обнаружены там работниками полиции и задержаны. Какая ответственность предусмотрена для деяния, совершенного Вами (гражданином Н.)?
66. Практическое задание (ситуация). Студенты, обучающиеся на военной кафедре университета, проходят военные сборы в одной из воинских частей. Один из студентов в порядке стажировки назначен командиром взвода и обязан провести инструктаж солдат, назначенных в патруль по гарнизону. Каким общевоинским уставом он должен воспользоваться?
67. Практическое задание (ситуация). Вы (гражданин Н), которому 18 лет исполняется 17 июля, получили повестку о призыве на военную службу со сроком явки 30 июня. Посчитав это ошибкой, вы в военный комиссариат не прибыли. Через неделю гражданин Н. был вызван в районную прокуратуру, где ему предъявили обвинение в совершении преступления по статье 328 Уголовного кодекса Российской Федерации. Что это за статья и можно ли по ней привлечь к ответственности гражданина Н.?
68. Практическое задание (ситуация). Часовой имеет право применять оружие на поражение в целом ряде случаев. В соответствии с какими обязанностями - общими, должностными или специальными он приобретает это право?
69. Практическое задание (ситуация). Рядовой П., назначенный на должность командира отделения, отдал приказ ефрейтору Сергееву, старшему стрелку того же отделения, заступить в наряд по столовой. Ефрейтор С. обжаловал этот приказ у командира взвода, мотивируя тем, что он старше по званию и срок его службы больше, чем у рядового П. Прав ли ефрейтор С.?

Примерный алгоритм ответов на практические задания:

1. Решить ситуационную задачу по оказанию первой помощи при поражении электрическим током

Пострадавшего нужно немедленно освободить от действия тока. Самым лучшим является быстрое его выключение. Однако в условиях больших промышленных предприятий

это не всегда возможно. Тогда необходимо перерезать или перерубить провод или кабель топором с сухой деревянной ручкой, либо оттащить пострадавшего от источника тока.

При этом необходимо соблюдать меры личной предосторожности: использовать резиновые перчатки, сапоги, галоши, резиновые коврики, подстилки из сухого дерева, деревянные сухие палки и т.п. При оттаскивании пострадавшего от кабеля, проводов и т.п. следует брать за его одежду (если она сухая!), а не за тело, которое в это время является проводником электричества.

Меры по оказанию помощи пострадавшему от электрического тока определяются характером нарушения функций организма: если действие тока не вызвало потери сознания, необходимо после освобождения от тока уложить пострадавшего на носилки, тепло укрыть, дать 20-25 капель валериановой настойки, тёплый чай или кофе и немедленно транспортировать в лечебное учреждение.

Если поражённый электрическим током потерял сознание, но дыхание и пульс сохранены, необходимо после освобождения от действия тока на месте поражения освободить стесняющую одежду (расстегнуть ворот, пояс и т.п.), обеспечить приток свежего воздуха, выбрать соответственно удобное для оказания первой помощи место с твёрдой поверхностью - подложить доски, фанеру и т.п., подстелив предварительно под спину одеяло. Важно предохранять пострадавшего от охлаждения (грелки). Необходимо осмотреть полость рта; если стиснуты зубы, не следует прибегать к физической силе - раскрывать его рот роторасширителем, а надо сначала несколько раз кряду дать ему понюхать на ватке нашатырный спирт, растереть им виски, обрызгать лицо и грудь водой с ладони. При открытии полости рта необходимо удалить из неё слизь, инородные предметы, если есть - зубные протезы, вытянуть язык и повернуть голову на бок, чтобы он не западал.

Затем пострадавшему дают вдыхать кислород.

2. Провести неполную разборку и сборку АКМ, уложившись в норматив.

Неполная разборка и сборка после неполной разборки АК проводится на время.

Неполная разборка автомата производится в следующем порядке (автомат лежит на столе):

- отделить магазин, проверить, нет ли патрона в патроннике;
- вынуть пенал с принадлежностью;
- отделить шомпол;
- отделить крышку ствольной коробки;
- отделить возвратный механизм;
- отделить затворную раму с затвором;
- отделить затвор от затворной рамы;
- отделить газовую трубку со ствольной накладкой.

Неполная сборка производится в обратном порядке.

Ошибки: не осмотрен патронник, нарушена последовательность разборки. Отдельные части разложены беспорядочно. Извлечение и присоединение частей производится с большим усилием.

Штраф: + 3 секунды.

Нормативы по огневой подготовке

№ п/п	Наименование норматива	Условия(порядок) выполнения норматива	Оценка по времени		
			«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительн о
1	Неполная разборка оружия	Оружие на подстилке. Обучаемый находится у ³⁰	15 с	17 с	19 с

		оружия. Время отсчитывается от команды "К неполной разборке оружия приступить" до доклада обучаемого "Готово".			
2	Сборка оружия после неполной разборки	Оружие разобрано. Части и механизмы аккуратно разложены на подстилке. Обучаемый находится у оружия. Время отсчитывается от команды "К сборке приступить" до доклада обучаемого "Готово"	25 с	27 с	32 с
	Итого		40с	44с	51с

3. Наложить спиральную повязку на палец



Спиральная повязка на палец начинается круговым ходом на запястье. Отсюда бинт ведут по тылу кисти к концу пальца, от которого делают спиральные ходы до основания пальца; заканчивают повязку косым ходом по тылу кисти на запястье, где и закрепляют.

1. Надеть СИЗ органов дыхания (противогаз ГП - 5), уложившись в норматив Противогазы находятся в походном положении. После команды «Газы» обучаемый извлекает противогаз из сумки, и задержав дыхание надевает противогаз. После того как маска противогаза одета на лицо обучаемый производит выдох внутрь противогаза и делает шаг вперед. После последнего действия время выполнения норматива останавливается, и сравнивается с основными нормативами. После чего обучаемому выставляется оценка. Каждая ошибка снижает оценку на один балл.

8 секунд - «Отлично»

9 секунд - «Хорошо»

10 секунд - «Удовлетворительно»

2. Провести искусственную вентиляцию лёгких на манекене «Максим»

При включении данной программы на манекене «Максим» в течение 15 сек. демонстрируется состояние «живой человек»: (частота пульса 60 ударов в минуту, дыхание 12 раз в минуту).

По истечении 15 сек. звучит одиночный зуммер и воспроизводится весь процесс умирания пострадавшего:

- преагония; - агония; - клиническая смерть.

Преагональное состояние (с 15-й секунды) учащается пульс до 120 ударов в минуту, дыхание 30 раз в минуту, насыщение артериальной крови кислородом до 70%.

Агональное состояние - начинается после 30 сек и длится 1,5 минуты - дыхание судорожное, с паузами, все это имитируется на муляже и дисплее, пульс падает до 12 -14 ударов в минуту, дыхание до 5-7 раз в минуту, насыщение артериальной крови кислородом до 40% - по истечении 30 сек, дыхание прекращается.

Контрольное время дыхательной реанимации (первого интервала) - 60 сек. В этом интервале необходимо - запрокинуть голову муляжа ослабить ремень и произвести не менее 12 вдохов, после чего на муляже и дисплее восстанавливается легочная деятельность, происходит насыщение артериальной крови кислородом до 40 - 97 %.