

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"НОВОСИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
АРХИТЕКТУРЫ, ДИЗАЙНА И ИСКУССТВ имени А.Д. Крячкова"
(НГУАДИ)

УТВЕРЖДАЮ

Ректор НГУАДИ

_____ Н.В. Багрова

_____ 2024 г.

ОУП.13 Основы безопасности жизнедеятельности

рабочая программа учебного предмета

Закреплена за кафедрой **Физической культуры**
Учебный план 07.02.01 Архитектура 9 кл_2023.plx
Специальность 07.02.01 АРХИТЕКТУРА
Квалификация **архитектор**
Форма обучения **очная**

Часов по учебному плану 68
в том числе:
аудиторные занятия 68
самостоятельная работа 0

Виды контроля в семестрах:
зачет с оценкой 2
другие формы контроля 1

Распределение часов учебного предмета по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1(1.1)		2(1.2)		Итого	
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Лекции	8	8	12	12	20	20
Практические	24	24	24	24	48	48
Итого ауд.	32	32	36	36	68	68
Сам. работа						
Часы на контроль						
Итого	32	32	36	36	68	68

Разработчик(и):

кандидат педагогических наук, Заведующий кафедрой, Хайбуллина Диана Ражаповна _____

Рецензент(ы):

канд. тех. наук, декан ФБП, Е.А. Соболева _____

Рабочая программа учебного предмета

Основы безопасности жизнедеятельности

Разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (ФГОС СОО), утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. N 413,

реализуемого в пределах ППССЗ, с учетом получаемой специальности СПО 07.02.01 АРХИТЕКТУРА, приказ от 09.11.2023 г., № 843.

Составлена на основании учебного плана: "07.02.01 АРХИТЕКТУРА"

утвержденного ученым советом вуза, протокол № 53 от 26.08.2024.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры Физической культуры

Протокол от 26.08.2024 № 1

Заведующий кафедрой _____ Д.Р. Хайбуллина

СОГЛАСОВАНО

Начальник УРО _____ Кузнецова Н.С.

Заведующий НТБ _____ Патрушева Н.А.

И.о. зам.директора Колледжа НГУАДИ _____ Кушнерук О.П.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Целью изучения ОБЗР на уровне основного общего образования является формирование у обучающихся готовности к выполнению обязанности по защите Отечества и базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

- способность построения модели индивидуального безопасного поведения на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин, механизмов возникновения и возможных последствий различных опасных и чрезвычайных ситуаций, знаний и умений применять необходимые средства и приемы рационального и безопасного поведения при их проявлении;
- сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного безопасного поведения в интересах безопасности личности, общества и государства;
- знание и понимание роли государства и общества в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

2. МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	СО
Учебный предмет изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ООП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.	

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Освоение содержания учебного предмета обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

	Личностные результаты:
3.1.1	патриотическое воспитание:
3.1.2	осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России (ЛР ПВ 1.);
3.1.3	ценностное отношение к достижениям своей Родины - России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа (ЛР ПВ 2.);
3.1.4	уважение к символам государства, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране (ЛР ПВ 1-2.);
3.1.5	формирование чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга - защите Отечества (ЛР ПВ 3.);
3.1.6	гражданское воспитание:
3.1.7	готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей (ЛР ГВ 1-6.);
3.1.8	активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны (ЛР ГВ 5.);
3.1.9	неприятие любых форм экстремизма, дискриминации (ЛР ГВ 4.);
3.1.10	понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе (ЛР ГВ 6.);
3.1.11	представление о способах противодействия коррупции (ЛР ГВ 5.);
3.1.12	готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в самоуправлении в образовательной организации (ЛР ГВ 5.);
3.1.13	готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней) (ЛР ГВ 7.);
3.1.14	сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства (ЛР ГВ 1,5.);
3.1.15	понимание и признание особой роли государства в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны, осмысление роли государства и общества в решении задачи защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера (ЛР ГВ 1.);
3.1.16	знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми (ЛР ГВ 1-4.);
3.1.17	
3.1.18	духовно-нравственное воспитание:
3.1.19	ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора (ЛР ДНВ 1-3.);
3.1.20	готовность оценивать свое поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков (ЛР ДНВ 3.);
3.1.21	активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства (ЛР ДНВ 1-5.);

3.1.22	развитие ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключая употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих (ЛР ДНВ 3-4.);
3.1.23	формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей (ЛР ДНВ 3.);
3.1.24	эстетическое воспитание:
3.1.25	формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни (ЛР ЭВ 1-4.);
3.1.26	понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни (ЛР ЭВ 1-4.);
3.1.27	ценности научного познания:
3.1.28	ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой (ЛР ЦНП 1-3);
3.1.29	овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия (ЛР ЦНП 1-3);
3.1.30	формирование современной научной картины мира, понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространенных видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы) (ЛР ЦНП 1-3);
3.1.31	установка на осмысление опыта, наблюдений и поступков, овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасных или чрезвычайных ситуациях с учетом реальных условий и возможностей (ЛР ЦНП 1-3);
3.1.32	физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:
3.1.33	понимание личностного смысла изучения учебного предмета ОБЗР, его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства (ЛР ФВ 1-3.);
3.1.34	осознание ценности жизни (ЛР ФВ 1-3.);
3.1.35	ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность) (ЛР ФВ 1.);
3.1.36	осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья (ЛР ФВ 1,3.);
3.1.37	соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в Интернет-среде;
3.1.38	способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели (ЛР ФВ 1-3.);
3.1.39	умение принимать себя и других людей, не осуждая (ЛР ФВ 1.);
3.1.40	умение осознавать эмоциональное состояние свое и других людей, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием (ЛР ФВ 1-3.);
3.1.41	сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека (ЛР ФВ 1-3.);
3.1.42	трудовое воспитание:
3.1.43	установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, населенного пункта, родного края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность (ЛР ТВ 1-4.);
3.1.44	интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания (ЛР ТВ 3.);
3.1.45	осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого (ЛР ТВ 4.);
3.1.46	готовность адаптироваться в профессиональной среде (ЛР ТВ 1-4.);
3.1.47	уважение к труду и результатам трудовой деятельности (ЛР ТВ 1-4.);
3.1.48	осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей (ЛР ТВ 2-4.);
3.1.49	укрепление ответственного отношения к учебе, способности применять меры и средства индивидуальной защиты, приемы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЛР ТВ 2,4.);
3.1.50	овладение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях (ЛР ТВ 1-4.);

3.1.51	установка на овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды) (ЛР ТВ 1-4.) ;
3.1.52	экологическое воспитание:
3.1.53	ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды (ЛР ЭкВ 1-5.) ;
3.1.54	повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде (ЛР ЭкВ 1.);
3.1.55	осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной среды (ЛР ЭкВ 1-5.) ;
3.1.56	готовность к участию в практической деятельности экологической направленности (ЛР ЭкВ 2.) ;
3.1.57	освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания (ЛР ЭкВ 1-5.) .
	Метапредметные образовательные результаты:
3.2.1	У обучающегося будут сформированы следующие базовые логические действия как часть познавательных универсальных учебных действий:
3.2.2	выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);
3.2.3	устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;
3.2.4	с учетом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях;
3.2.5	предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;
3.2.6	выявлять дефицит информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;
3.2.7	выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; проводить выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;
3.2.8	самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев).
3.2.9	У обучающегося будут сформированы следующие базовые исследовательские действия как часть познавательных универсальных учебных действий:
3.2.10	формулировать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между рассматриваемым и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) повседневной жизни;
3.2.11	обобщать, анализировать и оценивать получаемую информацию, выдвигать гипотезы, аргументировать свою точку зрения, делать обоснованные выводы по результатам исследования;
3.2.12	проводить (принимать участие) небольшое самостоятельное исследование заданного объекта (явления), устанавливать причинно-следственные связи;
3.2.13	прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.
3.2.14	У обучающегося будут сформированы умения работать с информацией как часть познавательных универсальных учебных действий:
3.2.15	применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом предложенной учебной задачи и заданных критериев;
3.2.16	выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
3.2.17	находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;
3.2.18	самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;
3.2.19	оценивать надежность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;
3.2.20	эффективно запоминать и систематизировать информацию;
3.2.21	овладение системой универсальных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков обучающихся.
3.2.22	Умения общения как часть коммуникативных универсальных учебных действий:
3.2.23	уверенно высказывать свою точку зрения в устной и письменной речи, выражать эмоции в соответствии с форматом и целями общения, определять предпосылки возникновения конфликтных ситуаций и выстраивать грамотное общение для их смягчения;
3.2.24	распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков и намерения других людей, уважительно, в корректной форме формулировать свои взгляды;

3.2.25	сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
3.2.26	в ходе общения задавать вопросы и выдавать ответы по существу решаемой учебной задачи, обнаруживать различие и сходство позиций других участников диалога;
3.2.27	публично представлять результаты решения учебной задачи, самостоятельно выбирать наиболее целесообразный формат выступления и готовить различные презентационные материалы.
3.2.28	Умения самоорганизации как части регулятивных универсальных учебных действий:
3.2.29	выявлять проблемные вопросы, требующие решения в жизненных и учебных ситуациях;
3.2.30	аргументированно определять оптимальный вариант принятия решений, самостоятельно составлять алгоритм (часть алгоритма) и выбирать способ решения учебной задачи с учетом собственных возможностей и имеющихся ресурсов;
3.2.31	составлять план действий, находить необходимые ресурсы для его выполнения, при необходимости корректировать предложенный алгоритм, брать ответственность за принятое решение.
3.2.32	Умения самоконтроля, эмоционального интеллекта как части регулятивных универсальных учебных действий:
3.2.33	давать оценку ситуации, предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, и вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств;
3.2.34	объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;
3.2.35	оценивать соответствие результата цели и условиям;
3.2.36	управлять собственными эмоциями и не поддаваться эмоциям других людей, выявлять и анализировать их причины;
3.2.37	ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого человека, регулировать способ выражения эмоций;
3.2.38	осознанно относиться к другому человеку, его мнению, признавать право на ошибку свою и чужую;
3.2.39	быть открытым себе и другим людям, осознавать невозможность контроля всего вокруг.
3.2.40	Умения совместной деятельности:
3.2.41	понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной учебной задачи;
3.2.42	планировать организацию совместной деятельности (распределять роли и понимать свою роль, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, подчиняться, выделять общую точку зрения, договариваться о результатах);
3.2.43	определять свои действия и действия партнера, которые помогали или затрудняли нахождение общего решения, оценивать качество своего вклада в общий продукт по заданным участниками группы критериям, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчета перед группой.
Предметные результаты:	
3.3.1	сформированность представлений о значении безопасного и устойчивого развития для государства, общества, личности; фундаментальных ценностях и принципах, формирующих основы российского общества, безопасности страны, закрепленных в Конституции Российской Федерации, правовых основах обеспечения национальной безопасности, угрозах мирного и военного характера;
3.3.2	освоение знаний о мероприятиях по защите населения при чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и биолого-социального характера, возникновении военной угрозы; формирование представлений о роли гражданской обороны и ее истории; знание порядка действий при сигнале "Внимание всем!"; знание об индивидуальных и коллективных мерах защиты и сформированность представлений о порядке их применения;
3.3.3	сформированность чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга - защите Отечества; овладение знаниями об истории возникновения и развития военной организации государства, функции и задачи современных Вооруженных Сил Российской Федерации, знание особенностей добровольной и обязательной подготовки к военной службе;
3.3.4	сформированность представлений о назначении, боевых свойствах и общем устройстве стрелкового оружия;
3.3.5	овладение основными положениями общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации и умение их применять при выполнении обязанностей воинской службы;
3.3.6	сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, понятиях "опасность", "безопасность", "риск", знание универсальных правил безопасного поведения, готовность применять их на практике, используя освоенные знания и умения, освоение основ проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков;
3.3.7	знание правил дорожного движения, пожарной безопасности, безопасного поведения в быту, транспорте, в общественных местах, на природе и умение применять их в поведении;
3.3.8	сформированность представлений о порядке действий при возникновении чрезвычайных ситуаций в быту, транспорте, в общественных местах, на природе; умение оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасных и чрезвычайных ситуациях, с учетом реальных условий и возможностей;

3.3.9	освоение основ медицинских знаний и владение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях; сформированность социально ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесения иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;
3.3.10	сформированность представлений о правилах безопасного поведения в социуме, овладение знаниями об опасных проявлениях конфликтов, манипулятивном поведении, умения распознавать опасные проявления и формирование готовности им противодействовать;
3.3.11	сформированность представлений об информационных и компьютерных угрозах, опасных явлениях в Интернете, знания о правилах безопасного поведения в информационном пространстве и готовность применять их на практике;
3.3.12	освоение знаний об основах общественно-государственной системы противодействия экстремизму и терроризму; сформированность представлений об опасности вовлечения в деструктивную, экстремистскую и террористическую деятельность, умение распознавать опасности вовлечения; знания правил безопасного поведения при угрозе или в случае террористического акта;
3.3.13	сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;
3.3.14	понимание роли государства в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны, в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств.

4. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Раздел 1. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе
 Современные представления о культуре безопасности. Влияние поведения на безопасность. Риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности на уровне личности, общества, государства

Раздел 2. Безопасность в быту
 Источники опасности в быту. Профилактика и первая помощь при отравлениях.
 Безопасность в быту. Предупреждение травм и первая помощь при них. Пожарная безопасность в быту.
 Безопасное поведение в местах общего пользования

Раздел 3. Безопасность на транспорте
 Безопасность дорожного движения.
 Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях.
 Безопасное поведение на разных видах транспорта

Раздел 4. Безопасность в общественных местах
 Безопасность в общественных местах. Опасности социально-психологического характера
 Безопасность в общественных местах. Опасности криминального характера
 Безопасность в общественных местах. Действия при пожаре, обрушении конструкций, угрозе или совершении террористического акта

Раздел 5. Безопасность в природной среде
 Безопасность в природной среде. Экологическая грамотность и разумное природопользование
 Выживание в автономных условиях
 Чрезвычайные ситуации природного характера. Природные пожары. Чрезвычайные ситуации геологического характера: землетрясения, извержение вулканов, оползни, сели, камнепады, снежные лавины. Чрезвычайные ситуации гидрологического характера: наводнения, паводки, половодья, цунами. Чрезвычайные ситуации метеорологического характера: бури, ливни, град, мороз, жара.

Раздел 6. Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний
 Факторы, влияющие на здоровье человека.
 Здоровый образ жизни.
 Инфекционные заболевания. Значение вакцинации в борьбе с инфекционными заболеваниями
 Неинфекционные заболевания. Факторы риска и меры профилактики. Роль диспансеризации для сохранения здоровья
 Психическое здоровье и психологическое благополучие
 Первая помощь

Раздел 7. Безопасность в социуме
 Общение в жизни человека. Межличностное общение, общение в группе
 Конфликты и способы их разрешения
 Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия
 Психологические механизмы воздействия на большие группы людей

Раздел 8. Безопасность в информационном пространстве
 Безопасность в цифровой среде
 Опасности, связанные с использованием программного обеспечения
 Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде
 Достоверность информации в цифровой среде
 Защита прав в цифровом пространстве

Раздел 9. Основы противодействия экстремизму и терроризму
 Экстремизм и терроризм как угроза устойчивого развития общества
 Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта

Противодействие экстремизму и терроризму Раздел 10. Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения Оборона страны как обязательное условие благополучного развития страны. Россия в современном мире. Оборона страны как обязательное условие мирного социально-экономического развития Российской Федерации и обеспечение её военной безопасности. Роль Вооружённых сил Российской Федерации и других войск, воинских формирований и органов, повышения мобилизационной готовности Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности. Современная армия Оборона страны как обязательное условие благополучного развития страны. Воинская обязанность и военная служба. Подготовка к службе в армии. Права и обязанности граждан Российской Федерации в области гражданской обороны Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении национальной безопасности

5. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Планируемые результаты
Раздел 1. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе				
1. 1	Современные представления о культуре безопасности. Влияние поведения на безопасность. Риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности на уровне личности, общества, государства/Лек/	1	2	ЛР ЦНП 1-3, ЛР ЭкВ 1-5, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ 1-3
Раздел 2. Безопасность в быту				
2. 1	Источники опасности в быту. Профилактика и первая помощь при отравлениях. /Пр/	1	2	ЛР ГВ 5, ЛР ДНВ 3, ЛР ЭкВ 1-5
2. 2	Безопасность в быту. Предупреждение травм и первая помощь при них. Пожарная безопасность в быту./Пр/	1	2	ЛР ГВ 5, ЛР ДНВ 3
2. 3	Безопасное поведение в местах общего пользования/Пр/	1	2	ЛР ГВ 1-5, ЛР ДНВ 1-3
Раздел 3. Безопасность на транспорте				
3. 1	Безопасность дорожного движения. /Пр/	1	2	ЛР ГВ 5, ЛР ДНВ 3
3. 2	Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях. /Пр/	1	2	ЛР ГВ 5, ЛР ДНВ 3
3. 3	Безопасное поведение на разных видах транспорта/Пр/	1	2	ЛР ГВ 5, ЛР ДНВ 3
Раздел 4. Безопасность в общественных местах				
4. 1	Безопасность в общественных местах. Опасности социально-психологического характера/Лек/	1	2	ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3
4. 2	Безопасность в общественных местах. Опасности криминального характера/Пр/	1	2	ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3, ЛР ЭкВ 1-5
4. 3	Безопасность в общественных местах. Действия при пожаре, обрушении конструкций, угрозе или совершении террористического акта/Пр/	1	2	ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3, ЛР ЭкВ 1-5

Раздел 5. Безопасность в природной среде				
5. 1	Безопасность в природной среде. Экологическая грамотность и разумное природопользование /Лек/	1	2	ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3
5. 2	Выживание в автономных условиях/Пр/	1	1	ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3
5. 3	Чрезвычайные ситуации природного характера. Природные пожары. Чрезвычайные ситуации геологического характера: землетрясения, извержение вулканов, оползни, сели, камнепады, снежные лавины. Чрезвычайные ситуации гидрологического характера: наводнения, паводки, половодья, цунами. Чрезвычайные ситуации метеорологического характера: бури, ливни, град, мороз, жара. /Пр/	1	2	ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3
Раздел 6. Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний				
6. 1	Факторы, влияющие на здоровье человека. /Лек/	1	1	ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3
6. 2	Здоровый образ жизни. /Пр/	1	1	ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3
6. 3	Инфекционные заболевания. Значение вакцинации в борьбе с инфекционными заболеваниями/Лек/	1	1	ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3
6. 4	Неинфекционные заболевания. Факторы риска и меры профилактики. Роль диспансеризации для сохранения здоровья/Пр/	1	1	ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3
6. 5	Психическое здоровье и психологическое благополучие/Пр/	1	1	ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3
6. 6	Первая помощь/Пр/	1	1	ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3
6. 7	Промежуточная аттестация: другие формы контроля. Семестровая оценка./Др/	1	1	
Раздел 7. Безопасность в социуме				
7. 1	Общение в жизни человека. Межличностное общение, общение в группе/Пр/	2	2	ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3
7. 2	Конфликты и способы их разрешения/Пр/	2	2	ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3
7. 3	Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия/Пр/	2	2	ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3

7. 4	Психологические механизмы воздействия на большие группы людей/Пр/	2	2	ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3
Раздел 8. Безопасность в информационном пространстве				
8. 1	Безопасность в цифровой среде/Лек/	2	2	ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3, ЛР ФВ 1-3, ЛР ТВ 1-4, ЛР ЭВ 1-4
8. 2	Опасности, связанные с использованием программного обеспечения/Лек/	2	2	ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3, ЛР ФВ 1-3, ЛР ТВ 1-4, ЛР ЭВ 1-4
8. 3	Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде/Пр/	2	2	ЛР ЦНП 1-3, ЛР ФВ 1-3, ЛР ТВ 1-4
8. 4	Достоверность информации в цифровой среде/Пр/	2	2	ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3, ЛР ФВ 1-3, ЛР ТВ 1-4
8. 5	Защита прав в цифровом пространстве/Пр/	2	2	ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3, ЛР ФВ 1-3, ЛР ТВ 1-4
Раздел 9. Основы противодействия экстремизму и терроризму				
9. 1	Экстремизм и терроризм как угроза устойчивого развития общества/Лек/	2	2	ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3, ЛР ФВ 1-3, ЛР ТВ 1-4, ЛР ЭВ 1-4
9. 2	Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта/Пр/	2	2	ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3, ЛР ФВ 1-3, ЛР ТВ 1-4, ЛР ЭВ 1-4
9. 3	Противодействие экстремизму и терроризму/Пр/	2	2	ЛР ДНВ 1-3, ЛР ЦНП 1-3, ЛР ФВ 1-3, ЛР ТВ 1-4, ЛР ЭВ 1-4
Раздел 10. Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения				
10. 1	Оборона страны как обязательное условие благополучного развития страны. Россия в современном мире. Оборона страны как обязательное условие мирного социально-экономического развития Российской Федерации и обеспечение её военной безопасности. Роль Вооружённых сил Российской Федерации и других войск, воинских формирований и органов, повышения мобилизационной готовности Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности. Современная армия /Лек/	2	2	ЛР ТВ 1-4, ЛР ЭВ 1-4, ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ
10. 2	Оборона страны как обязательное условие благополучного развития страны. Воинская обязанность и военная служба. Подготовка к службе в армии. Права и обязанности граждан Российской Федерации в области гражданской обороны /Пр/	2	2	ЛР ТВ 1-4, ЛР ЭВ 1-4, ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ

10.3	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций/Лек/	2	2	ЛР ТВ 1-4, ЛР ЭВ 1-4, ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ
10.4	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций/Пр/	2	2	ЛР ТВ 1-4, ЛР ЭВ 1-4, ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ
10.5	Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении национальной безопасности/Лек/	2	2	ЛР ТВ 1-4, ЛР ЭВ 1-4, ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ
10.6	Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении национальной безопасности/Пр/	2	1	ЛР ТВ 1-4, ЛР ЭВ 1-4, ЛР ПВ 1-3, ЛР ГВ 1-6, ЛР ДНВ
10.7	Промежуточная аттестация: зачет с оценкой (дифференцированный зачет)/ЗаО/	2	1	

6. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением об организации текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по образовательным программам среднего профессионального образования, программ высшего образования, программ магистратуры в ФГБОУ ВО НГУАДИ имени А.Д. Крячкова

Порядок и периодичность текущего контроля и промежуточной аттестации представлены в фонде оценочных средств учебного предмета.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

7.1. Информационное обеспечение реализации программы

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Кол-во экз
--	---------------------	----------	-------------------	------------

7.1.1. Основная литература

ЛП.1	Хренников Б. О., Гололобов Н. В.	Основы безопасности жизнедеятельности : 10-й класс	Москва: Просвещение, 2023	ЭБС
ЛП.2	Хренников Б. О., Гололобов Н. В.	Основы безопасности жизнедеятельности : 11-й класс	Москва: Просвещение, 2023	ЭБС

7.1.2. Дополнительная литература

Л2.1	Резчиков Евгений Алексеевич, Рязанцева Анна Владимировна	Основы безопасности жизнедеятельности: 10—11 классы	Москва: Юрайт, 2023	ЭБС
------	--	---	---------------------	-----

7.2. Электронные информационные ресурсы

1	Электронно-библиотечная система "Юрайт"
2	Электронная библиотечная система «IPRbooks»
3	Электронная библиотечная система «Лань»
4	Электронная образовательная среда НГУАДИ (ЭИОС)

7.3. Перечень программного обеспечения

Windows 10 – операционная система, LibreOffice, PowerPoint Viewer, Kaspersky, Endpoint Security 11, 7-Zip x64

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Учебная аудитория для проведения учебных занятий всех видов, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащённая комплектом учебной мебели и мультимедийным оборудованием с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом к электронной информационно-образовательной среде НГУАДИ.

Материально-техническое обеспечение аудитории обеспечивает возможность достижения обучающимися установленных ФГОС СОО требований к предметным, метапредметным и личностным результатам освоения образовательной программы.

9. ТРЕБОВАНИЯ К ПЕДАГОГИЧЕСКИМ РАБОТНИКАМ

Реализация учебного предмета обеспечивается работниками университета относящимися к профессорско-преподавательскому составу и иными педагогическими работниками, а также лицами, привлекаемыми к реализации образовательной программы на условиях гражданско-правового договора, в том числе из числа руководителей и работников организаций, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности 10. Архитектура, проектирование, геодезия, топография и дизайн (имеющих стаж работы в данной профессиональной области не менее трех лет).

Требования к квалификации. Высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование по направлению подготовки "Образование и педагогика" или в области, соответствующей преподаваемой дисциплине, без предъявления требований к стажу работы либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению деятельности в образовательном учреждении без предъявления требований к стажу работы.

Педагогические работники, привлекаемые к реализации образовательной программы, должны получать дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации не реже одного раза в три года с учетом расширения спектра профессиональных компетенций, в том числе в форме стажировки в организациях, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности 10. Архитектура, проектирование, геодезия, топография и дизайн, а также в других областях профессиональной деятельности и (или) сферах профессиональной деятельности при условии соответствия полученных компетенций требованиям к квалификации педагогического работника.

Для обучающихся с инвалидностью и ОВЗ индивидуальные задания текущего контроля и итоговой аттестации разрабатываются на основании карт реабилитации и абилитации инвалидов.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"НОВОСИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
АРХИТЕКТУРЫ, ДИЗАЙНА И ИСКУССТВ имени А.Д. Крячкова"
(НГУАДИ)

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации

Учебный предмет: Основы безопасности жизнедеятельности
Специальность: 07.02.01 АРХИТЕКТУРА

Составитель: Хайбуллина Д.Р.,
Зав. кафедрой ФК

Рассмотрен и рекомендован
для использования в учебном процессе
на заседании кафедры Физической
культуры
Протокол 26.08.2024 № 1
Зав. кафедрой ФК Хайбуллина Д.Р.

Новосибирск 2024

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Фонд оценочных средств (ФОС) включает материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.

Настоящий ФОС по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» является неотъемлемым приложением к рабочей программе учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (РПД). На данный ФОС распространяются все реквизиты утверждения, представленные в РПД по данному предмету.

Целью текущего контроля (ТК) и промежуточной аттестации (ПА) является контроль освоения запланированных по учебному предмету знаний и умений, направленных на формирование у обучающихся

предметных результатов:

Код	Предметный результат	Организация достижения	Оценки достижения результата
ПР 1	сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;	Выполнение практических заданий по теме: Формирование общей культуры безопасности жизнедеятельности	Оценка выполнения практических заданий
ПР 2	знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;	Выполнение практических заданий по разделу: Государственная система обеспечения безопасности населения	Оценка выполнения практических заданий
ПР 3	сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;	Выполнение практических заданий по разделу: Государственная система обеспечения безопасности населения	Оценка выполнения практических заданий
ПР 4	сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;	Выполнение практических заданий по разделу: Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	Оценка выполнения практических заданий

ПР 5	знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;	Выполнение практических заданий по теме: Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера.	Оценка выполнения практических заданий
ПР 6	знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);	Выполнение практических заданий по разделу: Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	Оценка выполнения практических заданий
ПР 7	знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;	Выполнение практических заданий по разделу: Государственная система обеспечения безопасности населения	Оценка выполнения практических заданий
ПР 8	умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;	Выполнение практических заданий по разделу: Государственная система обеспечения безопасности населения	Оценка выполнения практических заданий
ПР 9	умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;	Выполнение практических заданий по разделу: Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	Оценка выполнения практических заданий
ПР 10	знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;	Выполнение практических заданий по разделу: Основы обороны государства и воинская обязанность	Оценка выполнения практических заданий
ПР 11	знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;	Выполнение практических заданий по разделу: Основы обороны государства и воинская обязанность	Оценка выполнения практических заданий
ПР 12	владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах,	Выполнение практических заданий по разделу: Основы медицинских знаний	Оценка выполнения практических заданий

	отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.		
--	---	--	--

личностных результатов:

	Личностный результат	Организация достижения	Оценки достижения результата
ЛР 1	русская гражданскую идентичность, патриотизм, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);	Выполнение практических заданий по теме: Формирование общей культуры безопасности жизнедеятельности	Оценка выполнения практических заданий
ЛР 2	формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;	Выполнение практических заданий по разделу: Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	Оценка выполнения практических заданий
ЛР 3	готовность к служению Отечеству, его защите;	Выполнение практических заданий по разделу: Основы обороны государства и воинская обязанность	Оценка выполнения практических заданий
ЛР 8	воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;	РПВ Цикл нравственно-просветительских лекций-бесед АНО «Родители Сибири за мир без преступности, насилия и наркотиков» Выполнение практических заданий по разделу: Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	Обуждение мероприятия РПВ. Оценка выполнения практических заданий
ЛР 11	исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);	РПВ Лекция «Последствия немедицинского употребления психоактивных веществ.» Выполнение практических заданий по разделу: Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	Обуждение мероприятия РПВ. Оценка выполнения практических заданий
ЛР 12	развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих	РПВ Лекция «Последствия немедицинского	Обуждение мероприятия РПВ. Оценка

	защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;	употребления психоактивных веществ.» Выполнение практических заданий по теме: Формирование общей культуры безопасности жизнедеятельности	выполнения практических заданий
ЛР 14	освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;	Выполнение практических заданий по разделу: Основы обороны государства и воинская обязанность	Оценка выполнения практических заданий
ЛР 15	ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.	Выполнение практических заданий по теме: Формирование общей культуры безопасности жизнедеятельности	Оценка выполнения практических заданий

метапредметных результатов:

МР 1 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;

МР 2 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;

МР 3 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;

МР 4 формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

МР 5 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; освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

МР 6 формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

МР 7 приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

МР 8 развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

МР 9 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.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- самостоятельно определять цели, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

- оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной ранее цели;

- сопоставлять имеющиеся возможности и необходимые для достижения цели ресурсы;

- организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;

- определять несколько путей достижения поставленной цели;

- выбирать оптимальный путь достижения цели, учитывая эффективность расходования ресурсов и основываясь на соображениях этики и морали;

- задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;

- сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью;

- оценивать последствия достижения поставленной цели в учебной деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей.

- осознанно относиться к другому человеку, его мнению.

Познавательные универсальные учебные действия:

- критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций;

- распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;

- использовать различные модельно-схематические средства для представления выявленных в информационных источниках противоречий;

- осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;

- искать и находить обобщенные способы решения задач;

- приводить критические аргументы как в отношении собственного суждения, так и в отношении действий и суждений другого;

- анализировать и преобразовывать проблемно противоречивые ситуации;

- выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможности широкого переноса средств и способов действия;

- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;

- менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности (быть студентом и преподавателем; формулировать образовательный запрос и выполнять консультативные функции самостоятельно; ставить проблему и работать над ее решением; управлять совместной познавательной деятельностью и подчиняться).

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами);

- при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом проектной команды в разных ролях (генератором идей, критиком, исполнителем, презентующим и т. д.);

- развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;
- распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы;
- координировать и выполнять работу в условиях виртуального взаимодействия (или сочетания реального и виртуального);
- согласовывать позиции членов команды в процессе работы над общим продуктом/решением;
- представлять публично результаты индивидуальной и групповой деятельности как перед знакомой, так и перед незнакомой аудиторией;
- подбирать партнеров для деловой коммуникации, исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;
- воспринимать критические замечания как ресурс собственного развития;
- точно и емко формулировать как критические, так и одобрительные замечания в адрес других людей в рамках деловой и образовательной коммуникации, избегая при этом личностных оценочных суждений.

2. КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

2.1. Оценочные средства к разделу «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе».

Вопросы для устного опроса:

1. Дайте характеристику опасные ситуации.
2. Дайте определение понятия «культура безопасности жизнедеятельности».
3. Какова роль личности в формировании безопасного поведения.
4. Сравните понятия «опасность» и «безопасность».
5. Перечислите общие правила безопасности.
6. Как поведение человека влияет на его безопасность?
7. Объясните суть риск-ориентированного подхода к обеспечению безопасности.

Тестовые задания:

1. Культура безопасности жизнедеятельности человека – это

- 1) Определённый уровень развития человека и общества,
- 2) Взаимодействие людей в чрезвычайных ситуациях,
- 3) Конституционные права и обязанности гражданина

2. Как называется состояние защищённости жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз?

- 1) Безопасность,
- 2) Здоровье,
- 3) Стабильность

3. По какой причине растет риск ЧС природного характера?

- 1) Глобального потепления,
- 2) Солнечной активности,
- 3) Смещения орбиты Луны.

4. Назовите причину роста риска ЧС техногенного характера?

- 1) Увеличение технической оснащённости жизнедеятельности человека,
- 2) Снижения уровня образования населения,
- 3) Недостатка трудовых ресурсов.

5. Что является причиной ЧС в 80% случаев?

- 1) Человеческий фактор
- 2) Уровень здравоохранения
- 3) Ветхие здания

6. Что в настоящее время является приоритетным в системе формирования современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности?

- 1) Формирование антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления личности
- 2) Создание Росгвардии
- 3) Повышение уровня жизни

7. Что нужно сделать любому человеку, дабы не стать участником террористической группировки?

- 1) Не выходить из дома
- 2) Не заводить новые знакомства
- 3) Выработать в себе ряд убеждений и качеств

8. Что из перечисленного не осуществляется на индивидуальном уровне в рамках культуры безопасности жизнедеятельности?

- 1) Сохранение и сбережение природной среды
- 2) Мотивирование безопасной деятельности
- 3) Создание системы оповещения при угрозе ЧС

9. К какому виду ЧС относится террористический акт?

- 1) Природного характера
- 2) Техногенного характера
- 3) Социального характера

2.2. Оценочные средства к разделу «Безопасность в быту».

Вопросы для устного опроса:

- Что такое бытовая безопасность и почему она важна?
- Какие правила необходимо соблюдать при использовании электрических приборов?
- Какие основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту вы знаете?
- Как избежать отравления газом в домашних условиях?
- Перечислите общие правила пожарной безопасности.

Практическое задание.

Современный дом (квартира), в силу объективных причин не только защищает человека, но и может создать условия для возникновения опасных ситуаций. С учетом, этого, Вам предлагается ответить на следующие вопросы.

Тест на тему «Безопасность в быту»

Вопросы для устного опроса:

Современный дом (квартира), в силу объективных причин не только защищает человека, но и может создать условия для возникновения опасных ситуаций. С учетом этого, вам предлагается ответить на следующие вопросы.

Вопрос: Сформулируйте подробно общие правила вызова специальных служб (скорая помощь, милиция, пожарная охрана, спасатели и др) по телефону при возникновении опасных или аварийных ситуаций в доме, квартире:

Тестовые задания:

1. Подросток получил отравление хлорофосом с попаданием вещества на кожу. Укажите способы и последовательность оказания ему первой помощи.

- а) немедленно вывести из отравленной атмосферы;
- б) снять загрязненную одежду, кожу обильно промыть теплой водой с мылом;
- в) дать выпить щелочную минеральную воду (боржоми);
- г) обеспечить обильное питье апельсинового или лимонного сока.
- д) дать выпить несколько стаканов воды, чтобы вызвать рвоту;
- ж) отправить пострадавшего в больницу (вызвать скорую помощь)

2. Какой из перечисленных предметов является наиболее частым источником опасности в домашних условиях?

- а) Книжный шкаф
- б) Электрический чайник
- в) Комнатное растение

3. Какое действие является наиболее безопасным при использовании средств для чистки?

- а) Смешивание разных средств для усиления эффекта
- б) Использование средств в плохо проветриваемом помещении
- в) Применение защитных перчаток и маски

4. Что необходимо проверить в первую очередь при покупке нового товара?

- а) Цвет упаковки
- б) Срок годности
- в) Страну производителя

5. Что нужно сделать в первую очередь при случайном проглатывании химического вещества?

- а) Вызвать рвоту
- б) Выпить молока
- в) Обратиться за медицинской помощью

6. Какое действие поможет снизить риск возникновения неблагоприятных ситуаций на кухне?

- а) Хранение моющих средств под раковиной
- б) Использование одной разделочной доски для всех типов пищи
- в) Регулярная проверка исправности бытовой техники

7. Какой способ хранения опасных веществ в доме является наиболее безопасным?

- а) В закрытом шкафу, недоступном для детей

- б) На верхней полке кухонного шкафа
- в) В ванной комнате на полке

8. Как следует поступить при обнаружении просроченного лекарства?

- а) Выбросить в мусорное ведро
- б) Отнести в специальный пункт приема
- в) Оставить до следующего приема врача

9. Как часто рекомендуется проверять работоспособность датчиков дыма в квартире?

- а) Раз в год
- б) Раз в месяц
- в) Раз в неделю

2.3. Оценочные средства к разделу «Безопасность на транспорте».

Вопросы для устного опроса:

Собираясь на отдых в большой город, где предстоит посетить его достопримечательности, вы приходите к выводу, что большинство экскурсий – пешеходные. Вы понимаете, что большое количество автомобильного транспорта в этом городе является потенциальным источником опасности для вас, в связи с чем, требуется вспомнить основные правила безопасности на улицах и дорогах. С учетом этого ответьте на следующие вопросы:

Вопрос 1. Как необходимо передвигаться по улицам населенного пункта, не создавая опасности пешеходам и водителям транспортных средств?

Вопрос 2. Объясните, каким образом должны передвигаться пешеходы при отсутствии тротуаров?

Вопрос 3. На улицах и дорогах встречаются перекрестки, где отсутствуют светофоры. В таких случаях часто требуется помощь регулировщика.

Ответьте и опишите, какие сигналы регулировщика соответствуют сигналам светофора?

Тестовые задания:

1. Каким видом транспорта пользуются чаще всего?

- А) подземным
- Б) наземным
- В) водным
- Г) воздушным

2. Укажи транспортное средство, в котором есть подушка безопасности:

- А) электричка
- Б) самолёт
- В) поезд
- Г) автомобиль

3. До какого возраста дети должны ездить в автомобиле в специальном кресле?

- А) до 11 лет
- Б) до 12 лет
- В) до 14 лет
- Г) до 10 лет

4. В каких транспортных средствах предусмотрены ремни безопасности?

- А) в автомобиле и самолёте
- Б) в самолёте и на теплоходе
- В) в автомобиле и поезде
- Г) в поезде и на теплоходе

5. По какой причине нельзя прислоняться к дверям электрички?

- А) в электричке грязные двери
- Б) загораживаем другим пассажирам проход
- В) можно выпасть
- Г) так принято в транспорте

6. Почему во время полёта надо отключать мобильный телефон?

- А) мешаем разговором другим пассажирам
- Б) потому что телефон в самолёте не работает
- В) в транспорте нельзя пользоваться телефонами
- Г) создаются помехи приборам самолёта

7. Что не является спасательным средством?

- А) спасательный круг
- Б) спасательный жилет
- В) спасательный матрас
- Г) спасательный плот

8. Где в автомобиле находится самое безопасное место для пассажира?

- А) по центру заднего сиденья
- Б) на заднем сиденье по диагонали от водителя
- В) на переднем сиденье
- Г) на заднем сиденье за водителем

2.4. Оценочные средства к разделу «Безопасность в общественных местах».

Тестовые задания:

Тест по теме «Безопасность в общественных местах»

1. Как вести себя, когда вы встретили хорошего знакомого на улице?

- А) поговорить с ним прямо на дороге
- Б) отойти в сторону и поговорить
- В) громко приветствовать и смеяться

2. Как поступить, если на улице у вас развязался шнурок, оторвалась ручка сумки или произошла другая неприятность?

- А) не обращая внимания, идти дальше.
- Б) обратиться за помощью к людям.

В) отойти в сторону и поправить.

3. При входе в городской транспорт

- А) нужно снимать рюкзаки и сумки-ранцы, чтобы не задеть людей.
- Б) нужно разглядывать в упор пассажиров, опираться на них всем телом
- В) Нужно расталкивать всех локтями, стараясь зайти первым

4. Находясь в салоне общественного транспорта следует

- А) занять место как можно ближе к выходу
- Б) держаться за поручень, к выходу готовиться заранее
- В) обязательно занять сидение, даже если это место для инвалидов и пассажиров с детьми

5. Переходить через проезжую часть можно

- А) по кратчайшему пути
- Б) там, где есть пешеходный переход. Если по близости нет ни пешеходного перехода, ни перекрестка, дорогу переходим там, где дорога без ограждений и хорошо видна в обе стороны, посмотрев внимательно налево и направо.
- В) где удобно

6. При посещении массовых мероприятий разрешено

- А) проносить колющее, режущие предметы, огнеопасные, ядовитые вещества, алкогольные напитки, пиротехнические изделия
- Б) проходить на мероприятие с животными, если это предусмотрено характером мероприятия
- В) находиться во время проведения мероприятия в проходах, на лестницах или местах эвакуации, создавать помехи передвижению участников мероприятия

7. Во время экскурсии нужно

- А) трогать экспонаты для лучшего восприятия информации, даже если они под стеклом или ограждением
- Б) внимательно слушать экскурсавода, осматривать экспонаты
- В) эмоционально и громко обсуждать информацию с другими участниками экскурсии

8. Как вы поступите, если возникла необходимость выйти из дома в тёмное время суток?

- А) Буду избегать малолюдных и плохо освещённых мест
- Б) Предпочту безлюдные места и пустынные скверы
- В) Предпочту плохо освещённые места

9. Как вы будете действовать, если попадете в бегущую в панике толпу

- А) постараюсь найти товарища по несчастью (вдвоём легче выбираться из толпы)
- Б) пойду против направления движения толпы
- В) попытаюсь сразу выбраться из неё

10. Вы находитесь в квартире один. Родители придут не скоро. Вы услышали, что входную дверь пытаются взломать какие-то злоумышленники. Что вы сделаете для того, чтобы обезопасить себя и квартиру?

- А) Открою дверь со словами: "Извините, но, видимо, вы ошиблись адресом"
- Б) Позвоню в милицию, сообщу, что в квартиру пытаются ворваться злоумышленники

В) Приготовить всё необходимое, чтобы в случае необходимости спрятаться от грабителей в ванной или кладовой

11. К вам подходит незнакомец и предлагает покататься на машине. Как вы поступите?

- А) Скажете: "Нет. Я не поеду" и отойдете или перейдете на другую сторону дороги
- Б) Согласитесь покататься только 10—15 минут при условии, что он потом проводит вас домой
- В) Скажете, что сейчас не можете, но с удовольствием покатаетесь в следующий раз и попросите позвонить вам по домашнему телефону, чтобы договориться о времени и месте встречи

Тест по теме «Применение первичных средств пожаротушения»

1. При использовании порошкового огнетушителя важно учитывать:

- а) отсутствие при тушении охлаждающего эффекта, может привести к повторному воспламенению уже потушенного;
- б) целесообразность использования для защиты электронного оборудования, музейных экспонатов, архивов;
- в) любой режим хранения и необязательность проверки эксплуатационных параметров.

2. К недостаткам углекислотных огнетушителей можно отнести:

- а) возможность токсичного воздействия паров углекислоты на организм человека;
- б) применения для тушения небольших пожаров оборудования, находящегося под напряжением;
- в) накопление зарядов статического электричества на огнетушителе при выходе углекислоты.

3. Воздушно-пенные огнетушители предназначены для тушения:

- а) для тушения пожаров и загораний твёрдых материалов и горючих жидкостей;
- б) загоревшихся электрических установок и электросетей, находящихся под напряжением;
- в) щелочных металлов натрия, калия.

4. Первичные средства пожаротушения применяются:

- а) для борьбы с пожаром;
- б) для борьбы с загоранием;
- в) чтобы противостоять развившемуся пожару.

5. Запрещается использование пожарного инвентаря:

- а) для хозяйственных и производственных нужд;
- б) для использования при ликвидации стихийных бедствий и катастроф;
- в) для обучения персонала и добровольных противопожарных формирований.

6. Первичные средства пожаротушения (огнетушители) должны размещаться:

- а) в специальных местах доступных только для пожарных – профессионалов;
- б) в легкодоступных местах и не должны быть помехой и препятствием при эвакуации;
- в) в тумбах и пожарных шкафах и быть доступны для пользования.

7. На ровной поверхности тушение начинают:

- а) с задней стороны очага;
- б) не имеет значения;
- в) с передней стороны очага.

8. Горючие жидкости тушат:

- а) снизу вверх;
- б) сверху вниз;
- в) не имеет значения.

9. Горящую стену тушат:

- а) снизу вверх;
- б) сверху вниз;
- в) не имеет значения.

10. При наличии нескольких огнетушителей:

- а) применяют сначала порошковые, а затем углекислотные;
- б) применяют только один огнетушитель;
- в) применяют все одновременно.

11. После применения огнетушителя:

- а) его возвращают на место нахождения;
- б) его следует отвезти для повторного заполнения;
- в) его утилизируют.

12. Если загорелся утюг или телевизор:

- а) сразу же, не задумываясь, залить горящий электроприбор водой;
- б) только отключенный от питания электроприбор можно тушить при помощи воды, после чего проветрить помещение;
- в) сначала открыть все окна, двери и форточки.

13. Если загорелся обед на плите:

- а) накрываем сковороду или кастрюлю крышкой и мокрой тряпкой поверх, чтобы затушить пламя;
- б) выливаем горящее в раковину или заливаем его водой;
- в) пытаемся быстро снять с плиты разгоревшуюся посуду голыми руками.

14. Если горит квартира:

- а) пытаться тушить самостоятельно, не вызывая пожарную охрану;
- б) ожидая прибытия пожарных, начинаем с помощью соседей тушить пожар подручными средствами;
- в) открываем окна, двери и разбиваем стекла.

15. Для приведения в действие ручных порошковых огнетушителей необходимо:

- а) выдернуть чеку, резко до упора нажать рукой на рычаг запуска и направить струю порошка в огонь;
- б) как можно быстрее покинуть место возникновения пожара для встречи пожарных подразделений;
- в) поднести огнетушитель к очагу пожара, встряхнуть его, затем выдернуть чеку, нажать рычаг запуска и направить струю порошка в огонь, учитывая при этом

направление ветра; для прекращения подачи струи порошка достаточно отпустить рычаг; допускается многократное пользование и прерывистое действие.

Практическое задание.

Выполнение технического рисунка «План эвакуации»

Цели: усвоить понятия «Эвакуация», «План эвакуации», определить цели его составления и выполнить технический рисунок «План эвакуации».

Задание 1.

Ответьте на вопросы:

1. Дайте определение плана эвакуации. Каковы цели его составления?
2. Как должен выглядеть план эвакуации согласно ГОСТ 34428-2018 «Системы эвакуационные фотолюминесцентные. Общие технические условия»?
3. Кто имеет право на разработку плана эвакуации? Какова ответственность за нарушение требований разработки плана эвакуации и каким нормативными актами она устанавливается?
4. Перечислите виды планов эвакуации и охарактеризуйте, в каких случаях они разрабатываются.
5. Перечислите требования к форме, содержанию и размещению планов эвакуации.

Задание 2.

Ознакомьтесь с содержанием ГОСТ 34428-2018 «Системы эвакуационные фотолюминесцентные. Общие технические условия», ГОСТ Р 12.2.143–2009 «ССБТ. Системы фотолюминесцентные эвакуационные. Требования и методы контроля».

Выпишите определения следующих понятий:

- план эвакуации;
- аварийный (запасный) выход;
- эвакуационный выход;
- устройство экстренного открывания дверей (устройство «Антипаника»);
- площадка сбора;
- путь эвакуации (эвакуационный путь);
- тупик;

Задание 3.

Ознакомьтесь с содержанием ГОСТ 12.4.026-2015 «Система стандартов безопасности труда. Цвета сигнальные, знаки безопасности и разметка сигнальная. Назначение и правила применения. Общие технические требования и характеристики. Методы испытаний».

Выпишите определения следующих понятий:

- сигнальный цвет;
- контрастный цвет;
- знак безопасности;
- знак пожарной безопасности.

Задание 4.

В соответствии с п. 6.2 ГОСТ Р 12.2.143–2009 «ССБТ. Системы фотолюминесцентные эвакуационные. Требования и методы контроля» заполните пропуски в тексте:

- 1) Пути эвакуации, ведущие к эвакуационным выходам, следует обозначать

2) Пути эвакуации, ведущие к аварийным эвакуационным выходам, следует обозначать

3) Надписи и графические изображения на плане эвакуации (кроме знаков безопасности и символов) должны быть _____ цвета независимо от фона.
Задание 5. Изучите предложенные варианты планов эвакуации на рисунка ниже,

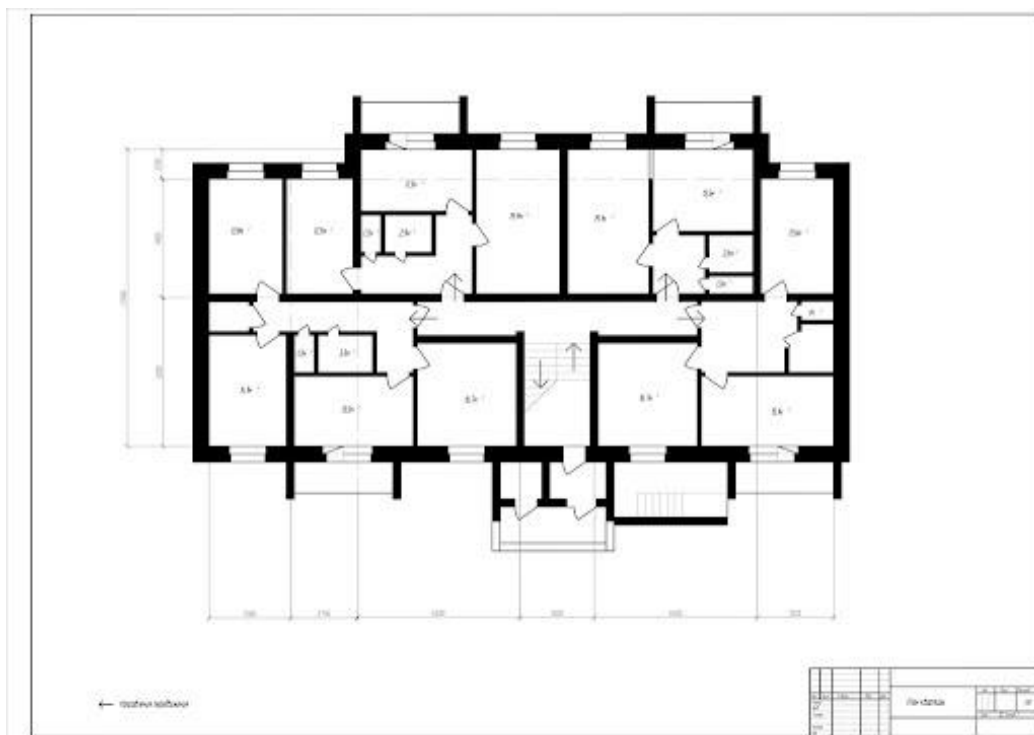


Рисунок. План эвакуации, вариант 1



Рисунок. План эвакуации, вариант 2

Воспользовавшись предложенным рисунком как образцом, а также используя знания, полученные из теоретического обоснования ВСР, текстов ГОСТ 34428-2018, ГОСТ Р 12.2.143–2009 и ГОСТ 12.4.026-2015:



Практическое задание.

Отработка действий работающих граждан и другого населения при эвакуации.

Цель: отработать действия при эвакуации.

Задание 1.

Ознакомьтесь с «Правилами поведения при чрезвычайных ситуациях и эвакуация населения» и «Правилами практической отработки планов эвакуации из зданий организаций различной ведомственной принадлежности»

Правила поведения при чрезвычайных ситуациях и эвакуация населения

1. Основным способом оповещения населения о чрезвычайной ситуации является передача речевой информации посредством телевизионного вещания, радиовещания и подвижными средствами оповещения.

2. Перед передачей речевой информации для привлечения внимания населения будут включены сирены, производственные гудки и другие сигнальные средства, что будет означать подачу предупредительного сигнала «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!», по которому население обязано включить радиотрансляционные и телевизионные приемники (радио «Россия», Русское радио, Зеленой город, аналоговые телевизионные каналы РенТВ, ТНТ) для прослушивания экстренного сообщения, в котором будет сообщено о произошедшей чрезвычайной ситуации и порядке действий населения.

Эвакуация - один из способов защиты населения при возникновении чрезвычайной ситуации. Во время маршруты эвакуации из опасных зон будут дополнительно посредством предупредительного сигнала «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!» и передачей речевой информации,

Эвакуация детей из дошкольных учреждений и учащихся школ осуществляется под руководством администрации этих учреждений и Администрации города.

Это должен знать каждый!

Сигнал «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!» (звучание сирен)

1. Если сигнал застал Вас на рабочем месте:

- прекратить работу, остановить оборудование;
- включить имеющиеся радио и телевизионные приемники,
- прослушать экстренное речевое сообщение;
- действовать в соответствии с полученным сообщением и по указанию.

2. Если сигнал застал вас дома:

- включить имеющиеся радио и телевизионные приемники, прослушать экстренное речевое сообщение;
- действовать в соответствии с полученным сообщением;
- оповестить соседей.

3. Если сигнал застал Вас на улице:

- прослушать экстренное речевое сообщение, передаваемое уличными громкоговорителями или подвижными средствами оповещения;
- действовать в соответствии с переданным сообщением.

Узнав о предстоящей эвакуации, граждане должны немедленно подготовиться к выходу (выезду) из зоны ЧС (за город): собрать необходимые вещи, подготовить средства индивидуальной защиты (обязательно средства защиты органов дыхания), документы и деньги; в квартире (доме) снять гардины и занавески с окон, убрать в затененные места легковоспламеняющиеся предметы (вещи), необходимо отключить газ, электроприборы.

Правила практической отработки планов эвакуации из зданий организаций различной ведомственной принадлежности

1. Подготовка и организация проведения практической отработки планов эвакуации

На проведение практической отработки планов эвакуации руководитель организации (должностное лицо, назначенное ответственным за ее проведение) готовит распоряжение (приказ), в котором последовательно отражаются все этапы проведения тренировки, в том числе:

- общие положения;
- организация и подготовка проведения практической тренировки;
- порядок проведения тренировки;
- подведение итогов тренировки и разработка организационных и практических мероприятий по улучшению организации и проведению эвакуации.

В разделе распоряжения (приказа) «Общие положения» указываются:

- цели и задачи практической отработки планов эвакуации;
- способ доведения требований норм и правил пожарной безопасности к эвакуационным выходам, путям эвакуации и их эксплуатации, навыков поведения людей при пожаре.

Раздел распоряжения (приказа) «Организация и подготовка проведения практической тренировки» должен содержать:

- данные о времени и месте проведения тренировки;
- требования к порядку уточнения и корректировки списков работников организации и обслуживающего персонала;
- постановку задач персоналу, занятому в эвакуации, порядок ознакомления с планами эвакуациями и теоретического их проигрывания в соответствии с инструкциями к ним, определяющими действия в случае возникновения пожара;
- требования к порядку и способам оповещения работников организации о возникновении пожара;
- данные о месте сбора эвакуирующихся в зоне недосягаемости опасных факторов пожара;
- постановку задач по контролю и оценке состояния путей эвакуации, эвакуационных выходов, ознакомления с местами нахождения ключей от эвакуационных

выходов, назначение ответственных должностных лиц за их открывание во время тренировки;

- определение и закрепление конкретных должностных лиц для наблюдения за ходом эвакуации, действиями ответственных лиц.

В разделе «Порядок проведения тренировки» устанавливается порядок:

- подачи сигнала о начале тренировки;
- оценки действий обслуживающего персонала по эвакуации работников организации;
- контроля времени эвакуации;
- уточнения данных об эвакуированных по уточненным (откорректированным) спискам;
- осмотра помещений учреждения.

В разделе «Подведение итогов тренировки и разработка организационных и практических мероприятий по улучшению организации и проведению эвакуации» определяется порядок:

- разбора действий по эвакуации из помещений и здания организации;
- обсуждения недостатков, допущенных в ходе тренировки;
- подготовки акта по результатам практического занятия и разработки мероприятий по улучшению эвакуации.

В соответствии с распоряжением (приказом) на проведение практической отработки планов эвакуации руководитель учреждения, лицо, назначенное ответственным за ее проведение, проводит с работниками организации и обслуживающим персоналом занятие, в ходе которого:

- определяет порядок оповещения в случае возникновения пожара;
- определяет место сбора после эвакуации из здания, в зависимости от времени года, уточняет списки работников и устанавливает порядок проверки их наличия на месте сбора;
- доводит (уточняет) перечень мест размещения первичных средств пожаротушения и порядок их применения и приведения в действие;
- определяет лиц, из числа обслуживающего персонала не занятых в эвакуации, для встречи пожарных расчетов и проведения первоочередной эвакуации имущества и материальных ценностей.

Обслуживающий персонал и работники организации дополнительно знакомятся с планами эвакуации и инструкциями, определяющими действия в случае возникновения пожара в учреждении, на месте изучают расположение эвакуационных выходов, места хранения ключей от дверей эвакуационных выходов, кратчайшие и безопасные пути следования к выходам из здания в зависимости от места возникновения пожара, места нахождения первичных средств пожаротушения и средств связи.

При подготовке к тренировке принимаются меры по устранению нарушений содержания путей эвакуации и эвакуационных выходов, которые могут препятствовать быстрой и безопасной эвакуации людей, проверяется исправность и работоспособность системы оповещения и управления эвакуацией при пожаре.

2. Порядок проведения тренировки

Началом практической отработки является подача звукового и (или) световых сигналов о возникновении пожара от системы оповещения о пожаре во все помещения здания учреждения с постоянным или временным пребыванием людей. Звуковой сигнал оповещения должен отличаться по тональности от звуковых сигналов другого назначения.

С получением сигнала о возникновении пожара работники организации и обслуживающий персонал проводят мероприятия в соответствии с инструкцией по действиям в случае возникновения пожара, открывают все (запасные) эвакуационные выходы и в установленной последовательности производят эвакуацию. Эвакуация производится через ближайший и (или) наиболее защищенный от опасных факторов

пожара эвакуационный выход, передвижение, при этом, должно быть быстрым, но не бегом, без лишней суеты и торопливости.

В ходе практической тренировки руководитель учреждения контролирует правильность проведения эвакуации, а также время, в течение которого проведена полная эвакуация людей из здания.

После эвакуации из здания ответственные лица, проводят перекличку работников организации и обслуживающего персонала по спискам и докладывают о наличии руководителю учреждения. Информация об отсутствии кого-либо доводится до сведения руководителя учреждения и пожарных осуществляющих тушение пожара, и принимаются меры по установлению его местонахождения (спасению).

После проведения эвакуации руководитель учреждения проводит обход помещений здания на предмет установления людей, его не покинувших.

Обслуживающий персонал, не занятый в проведении эвакуации, начинает тушение пожара имеющимися на объекте первичными средствами пожаротушения и проводит работы по эвакуации имущества и других материальных ценностей из здания.

3. Подведение итогов тренировки и разработка организационных и практических мероприятий по улучшению эвакуации

После окончания практической тренировки по отработке действий в случае возникновения пожара руководитель учреждения проводит с работниками организации и обслуживающим персоналом рабочее совещание, на котором подводятся итоги и разрабатываются организационные и практические мероприятия по улучшению эвакуации.

При подведении итогов основное внимание должно уделяться разбору недостатков, выявленных при проведении тренировки, и установлению причин им способствовавшим.

При разработке дополнительных мероприятий необходимо максимально учесть все недостатки.

Завершающим этапом проведения практической отработки планов эвакуации является подготовка акта (форма прилагается), в котором последовательно излагаются ее результаты, указываются недостатки и предлагаются мероприятия по улучшению организации и проведения последующих практических тренировок.

Задание 2.

Ответьте на вопросы:

1. Перечислите основные способы оповещения населения о чрезвычайной ситуации.
2. Какие действия необходимо предпринять в случае, если застал вас на рабочем/учебном месте?
3. Каким способом оповестят об эвакуации в НГУАДИ?
4. Что необходимо предпринять и куда следовать после того как вы покинете здание университета?
5. Что является завершающим этапом мероприятия по отработке навыков действий работающих граждан и другого населения при эвакуации?

Задание 3.

Проведение учебной эвакуации из здания университета и подведение итогов тренировки.

2.5. Оценочные средства к разделу «Безопасность в природной среде».

Вопросы для устного опроса:

- Назовите причины и объясните возможные последствия чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
- Назовите опасные природные явления и объясните исходящие от них угрозы.
- Что относится к техногенным опасностям и угрозам? (радиационно-опасные объекты, химически опасные объекты, пожаро- и взрывоопасные объекты, газо- и нефтепроводы, транспорт, гидротехнические сооружения, объекты коммунального хозяйства).

Тестовые задания:

1. Друга во время экскурсии по лесу укусила змея (гадюка). После укуса проявились: жгучая боль, краснота, кровоподтек. Укажите последовательность оказания ему первой помощи.

- а) вызвать скорую медицинскую помощь;
- б) произвести иммобилизацию конечности;
- в) выдавить яд с кровью;
- г) наложить жгут выше раны от укуса;
- д) дать пострадавшему обильной питье;
- е) доставить в лечебное учреждение.

2. Купание в летнее время рекомендовано

- а) в ветреную погоду при температуре воздуха 15-19 градуса тепла и воды 10 – 12 градусов.
- б) в незнакомом месте, сразу после еды
- в) на специально оборудованных пляжах, в солнечную, безветренную погоду при температуре воздуха 20 – 23 градуса тепла и воды 17 – 19 градусов.

3. Вы с родителями пошли в поход. Что нужно сделать, перед тем как разжечь костёр?

- а) Послушать пение птиц
- б) Собрать сухие ветки
- в) Убедится, что в выбранном вами месте можно разводить костёр.

4. Выберите наиболее безопасное место во время грозы:

- а) Водоем и территория вблизи водоема
- б) Отдельно стоящие и высокие деревья
- в) Низинные места (сидеть на корточках или земле сгруппировавшись, опустив голову и поставив ноги вместе)

5. Какое основное требование при выборе места для временного укрытия?

- а) Оно должно быть в низинке
- б) Оно должно быть на берегу
- в) Оно должно быть сухим

6. В случае вынужденной автономии в природе, что человек должен сделать, чтобы быть замеченным спасателями?

- а) Залезть на дерево
- б) Выйти на открытое место
- в) Подать сигналы бедствия

7. Каково основное правило при поисках пищи в условиях автономного существования?

- а) Не есть незнакомые грибы, ягоды и растения
- б) Использовать только личный запас продовольствия
- в) Не есть ягоды, собранные по берегам рек

8. Можно ли строить временное укрытие из снега?

- а) Да
- б) Нет

9. В течение какого времени необходимо кипятить воду из непроверенного источника?

- а) 10 минут
- б) 20 минут
- в) 30 минут

Практическое задание.

Изучение классификации чрезвычайных ситуаций.

Цели: усвоить классификацию и номенклатуру поражающих факторов источников природных и техногенных чрезвычайных ситуаций (ЧС), научиться определять возможные поражающие факторы в зависимости от ситуации, вызвавшей ЧС, и прогнозировать их воздействие с целью минимизации причинения вреда здоровью человека и окружающей среде.

Задание 1.

Изучите ГОСТ 22.0.06-2023 «Безопасность в чрезвычайных ситуациях. Источники природных чрезвычайных ситуаций. Поражающие факторы». Пользуясь текстом документа, распределите природные чрезвычайные ситуации по группам, в соответствии с источником их возникновения (таблица 2)

Таблица 2

Классификация природных чрезвычайных ситуаций по источнику их возникновения

Группы природных чрезвычайных ситуаций, в соответствии с источником их возникновения			
Опасные геологические процессы	Опасные гидрологические явления и процессы	Опасные метеорологические явления и процессы	Природные пожары

Задание 2.

Прогнозирование техногенной чрезвычайной ситуации.

Цели: научиться определять возможные поражающие факторы в зависимости от ситуации, вызвавшей ЧС, и прогнозировать их воздействие с целью минимизации причинения вреда здоровью человека и окружающей среде.

Заполните таблицу «Поражающие факторы источников техногенных чрезвычайных ситуаций» (таблица 1.1), опираясь на текст ГОСТ 22.0.07-2022 «Безопасность в чрезвычайных ситуациях. Источники техногенных чрезвычайных ситуаций. Классификация и номенклатура поражающих факторов и их параметров».

Таблица 1.1.

Поражающие факторы источников техногенных чрезвычайных ситуаций

Наименование поражающего фактора источника техногенной ЧС	Наименование параметров поражающего фактора источника техногенной ЧС
Воздушная ударная волна	
Волна сжатия в грунте	
Сейсмозрывная волна	
Волна прорыва гидротехнических сооружений	
Разлет обломков или осколков	
Экстремальный нагрев среды	
Тепловое излучение	
Ионизирующее излучение	
Токсическое действие	

Задание 3.

Дайте определения следующим понятиям, опираясь на текст ГОСТ Р 22.0.03-2020 «Национальный стандарт Российской Федерации. Безопасность в чрезвычайных ситуациях. Природные чрезвычайные ситуации. Термины и определения»:

- Опасное природное явление;
- Природная чрезвычайная ситуация;
- Поражающий фактор природной чрезвычайной ситуации;
- Источник природной чрезвычайной ситуации и его поражающее воздействие.

Задание 4.

Пользуясь текстом ГОСТ 22.0.06-2023 «Безопасность в чрезвычайных ситуациях. Источники природных чрезвычайных ситуаций. Поражающие факторы», характер действия, проявления первичного и вторичного поражающего фактора источника природной ЧС (таблица 2.1)

№ п/п	Источник природной ЧС	Характер действия, проявления первичного и вторичного поражающего фактора источника природной ЧС
1	Землетрясение	
2	Вулканическое извержение	
3	Оползень, обвал	
4	Подтопление	
5	Цунами; штормовой нагон воды	
6	Сель	
7	Наводнение; половодье; паводок	

8	Затор; зажор	
9	Лавина снежная	
10	Сильный ветер; шторм; шквал; ураган	
11	Смерч; вихрь	
12	Пыльная буря	
13	Продолжительный дождь (ливень)	
14	Сильный снегопад	
15	Сильная метель	
16	Гололед	
17	Град	
18	Туман	
19	Заморозок	
20	Засуха	
21	Суховей	
22	Гроза	
23	Пожар ландшафтный, степной, лесной	

Задание 5.

Ответьте на вопросы о безопасности на воде.

Вопрос 1. Что запрещается делать отдыхающим во время купания на водоемах?

Вопрос 2. Большую опасность в воде представляет возникновение судороги. Особенно подвержена таким судорогам икроножная мышца. Дайте рекомендации, как победить судорогу находясь в воде?

2.6. Оценочные средства к разделу «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний».

Вопросы для устного опроса:

- Что такое здоровье и как его можно охарактеризовать с точки зрения физического, психического и социального благополучия?
- Какие основные факторы влияют на здоровье человека? Приведите примеры.
- Какова роль правильного питания в поддержании здоровья? Какие основные группы продуктов должны быть включены в рацион?
- Почему физическая активность важна для здоровья, и какие виды упражнений рекомендуются для поддержания хорошей физической формы?
- Как стресс влияет на здоровье, и какие методы можно использовать для его управления?
- Что такое профилактика заболеваний, и какие основные меры можно предпринять для предотвращения болезней?
- Каковы основные принципы гигиены, которые каждый человек должен соблюдать для поддержания здоровья?
- Как регулярные медицинские осмотры и вакцинация способствуют сохранению здоровья?

- Какие факторы могут способствовать развитию хронических заболеваний, и как их можно избежать? Перечислите мероприятия медицинской защиты населения в чрезвычайных ситуациях.

Практическое задание.

Ответьте на вопросы теста.

Тест по теме «Основы медицинских знаний»

1. При вызове скорой медицинской помощи важно сообщить следующие сведения:

- а) количество пострадавших, приметы преступников, пол и возраст пострадавшего,
- б) пол и возраст пострадавшего и его неотложное состояние (частоту сердечных сокращений, частоту дыхания),
- в) количество пострадавших, пол, возраст, неотложное состояние, адрес, свои ФИО;

2. При артериальном кровотечении жгут накладывается:

- а) на рану,
- б) ниже раны,
- в) выше раны,
- г) не имеет значения.

3. Какой иммунитет формируется в результате перенесённого заболевания?

- а) наследственный,
- б) искусственный,
- в) естественный

4. Каким образом наложить жгут при артериальном кровотечении:

- а) прижать пальцем артерию ниже кровотечения и наложить жгут в месте прижатия;
- б) плотно наложить жгут выше раны на расстоянии 5-7 см от ее верхнего края и сделать необходимое количество оборотов, а также прикрепить к жгуту записку с указанием даты и точного времени наложения;
- в) наложить на кровотокающий участок давящую повязку, поверх которой наложить жгут,
- г) прижать пальцем артерию выше кровотечения, на 13-15 см выше раны, наложить жгут, поверх которого обернуть вокруг конечности чистую мягкую ткань;

5. Какого пути передачи инфекции не существует?

- а) воздушно-капельного,
- б) контактно-бытового,
- в) благоприятный

6. Разрешено ли давать пострадавшему лекарственные средства при оказании ему первой помощи?

- а) разрешено в случае крайней необходимости;
- б) разрешено;
- в) разрешено, если пострадавший в сознании
- г) запрещено;

7. Какое из кровотечений является самым опасным?

- а) паренхиматозное;
- б) артериальное;
- в) венозное;
- г) капиллярное;

8. Один из основных признаков поверхностного венозного кровотечения:

- а) бледность кожных покровов;
- б) кровь фонтанирует из раны;
- в) слабость;
- г) кровь спокойно вытекает из раны;
- д) слабо кровоточит вся поверхность раны

9. На какое время накладывают кровоостанавливающий жгут на поврежденную конечность летом?

- а) 60 минут;
- б) 120 минут;
- в) 15 минут;
- г) 30 минут

10. Если из раны пульсирующей струей вытекает кровь алого цвета, то это:

- а) артериальное кровотечение;
- б) венозное кровотечение;
- в) паренхиматозное кровотечение;
- г) капиллярное кровотечение;
- д) внутреннее кровотечение.

11. Основной материал, используемый при перевязке:

- а) стерильная вата;
- б) эластичные бинты
- в) жгут
- г) марлевые (плоские) бинты

12. Какого пути передачи инфекции не существует?

- а) фекально-орального,
- б) трансмиссивного,
- в) параллельного

13. В чём заключается оказание первой помощи при незначительных открытых ранах?

- а) промыть рану содовым раствором, затем обработать её спиртом;
- б) промыть рану перекисью водорода (раствором марганцовки), обработать кожу вокруг раны йодом, заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку;
- в) наложить кровоостанавливающий жгут выше места ранения.
- г) смазать рану вазелином или кремом;

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

- а) венозное;
- б) поверхностное;
- в) наружное;
- г) смешанное.

- д) паренхиматозное;
- е) капиллярное;
- ж) артериальное;

15. Что такое эпидемия?

- а) массовое распространение инфекционного заболевания, значительно превосходящее обычный уровень заболеваемости,
- б) массовое распространение инфекционного заболевания, охватывающее территорию целого государства или нескольких стран,
- в) процесс, возникающий в результате воздействия на организм вредоносного раздражителя внешней или внутренней среды

16. На какие виды подразделяют кровотечения по отношению к внешней среде?

- а) венозное;
- б) поверхностное;
- в) наружное;
- г) смешанное.
- д) паренхиматозное;
- е) внутреннее;
- ж) артериальное;

17. Что такое инкубационный период?

- а) Время реабилитации после выздоровления.
- б) Время от момента внедрения микроорганизма до проявления болезни.
- в) Время от момента начала лечения до полного выздоровления организма.

18. Как правильно оказать помощь при кровотечении из носа?

- а) уложить пострадавшего на ровную поверхность и наложить в области носа пращевидную повязку.
- б) сказать пострадавшему, чтобы он стоял, запрокинув голову назад, и не шевелился
- в) усадить пострадавшего, наклонив его туловище вперед, положить на переносицу холод, плотно прижать крылья носа к перегородке на 5-10 минут;
- г) усадить пострадавшего, наклонив его туловище назад, смочить кусочки ваты раствором перекиси водорода и ввести их в носовые ходы, измерить температуру и дать обезболивающее;

19. Система мер, направленных на предупреждение возникновения болезни, это....

- а) карантин,
- б) карцер,
- в) бокс,
- г) вакцинация

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

- а) время получения ранения и дату наложения жгута;
- б) фамилию, имя, отчество пострадавшего и его номер телефона.
- в) фамилию, имя, отчество пострадавшего и дату наложения жгута;
- г) точное время наложения жгута;

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

- а) 60 минут;
- б) 15 минут.
- в) 30 минут;
- г) 90 минут;

22. Микроорганизмы, которые всегда вызывают развитие инфекционных заболеваний, это...

- а) Условно-патогенные микробы
- б) Сапрофиты
- в) Патогенные микроорганизмы

23. Для формирования какого иммунитета в организм вводят вакцину?

- а) естественного,
- б) искусственного,
- в) наследственного

24. В какое время года можно заболеть гриппом?

- а) летом,
- б) зимой,
- в) во все времена года

25. Какой способ определения пульса является наиболее эффективным при бессознательном состоянии пострадавшего?

- а) пальпаторно на сонной артерии,
- б) пальпаторно на запястье,
- в) приложив ухо к груди,
- г) приложив ладонь к груди

26. При проведении искусственной вентиляции легких методом «рот в рот» необходимо:

- а) запрокинуть голову пострадавшего назад и свободной рукой плотно зажать нос пострадавшего,
- б) запрокинуть голову пострадавшего назад,
- в) свободной рукой плотно зажать нос пострадавшего,
- г) запрокинуть голову пострадавшего назад и если носовые ходы свободны, то зажать нос пострадавшего

27. Ритм сердечно-легочной реанимации, выполняемой при оказании первой помощи:

- а) 5 надавливаний на грудную клетку, 1 вдувание воздуха,
- б) 30 надавливаний на грудную клетку, 2 вдувание воздуха,
- в) 60 надавливаний на грудную клетку, 3 вдувание воздуха

28. Каким должно быть положение пострадавшего при проведении сердечно-легочной реанимации?

- а) пострадавший должен находиться в том положении, в котором был обнаружен,
- б) пострадавшего нужно повернуть на правый бок,
- в) пострадавший должен находиться на спине, на ровной жесткой поверхности,
- г) пострадавшего нужно повернуть в охранительно-восстановительное положение,

д) пострадавший должен находиться на спине, на ровной жесткой поверхности, ноги – ниже уровня спины

29. Артериальное кровотечение из сосудов верхних и нижних конечностей останавливают в два этапа:

- а) прижимают артерию выше места повреждения к кости, а затем накладывают стандартный или импровизированный жгут;
- б) прижимают артерию чуть ниже места повреждения, после остановки кровотечения накладывают давящую повязку;
- в) накладывают тугую давящую повязку;
- г) перебинтовывают стерильной марлевой повязкой.

30. Из приведенных ответов выберите те, которые определяют максимальное время наложения жгута летом:

- а) не более 30 минут;
- б) не более 60 минут;
- в) не более 90 минут;
- г) не более 120 минут;

31. Из приведенных примеров выберите те, которые характеризуют венозное кровотечение:

- а) кровь алого цвета, вытекает из раны пульсирующей струей;
- б) кровь сочится по всей поверхности раны и ее трудно остановить;
- в) кровь имеет темный цвет, не пульсирует, вытекает из раны спокойно, непрерывно;
- г) кровь течет неровной тонкой струей.
- д) дать обезболивающее средство, оповестить скорую помощь, ждать.

32. Из перечисленных ниже симптомов выберите те, которые являются признаками острого отравления никотином:

- а) горечь во рту;
- б) покраснение глаз;
- в) покашливание в области грудины;
- г) кашель и головокружение;
- д) тошнота;
- е) отек лица;
- ж) слабость и недомогание;
- з) потеря ориентировки;
- и) увеличение лимфатических узлов;
- к) бледность лица.

33. Какие функции выполняет кожа человека:

- а) оберегает организм от механических и химических повреждений, от проникновения во внутреннюю среду патогенных микроорганизмов, регулирует температуру тела, дает возможность осязать предметы, чувствовать боль, тепло, холод;
- б) защищает внутренние органы от воздействия солнечной радиации, регулирует обмен веществ в организме, дает возможность вредным веществам, скапливающимся в организме, выходить через поры наружу в атмосферу;
- в) оберегает организм от физических воздействий среды обитания, регулирует давление и температуру внутри тела человека в зависимости от параметров среды обитания, создает барьер для проникновения в организм инфекций и болезнетворных бактерий.
- г) оберегает от укусов комаров и других насекомых

34. Какие продукты питания способствуют здоровью зубов:

- а) кондитерские, макаронные и мясные изделия;
- б) жирная пища;
- в) овощи, богатые клетчаткой и кальцием.
- г) субпродукты

35. Какой метод можно использовать для остановки кровотечения из сосудов кисти или предплечья?

- а) максимально отвести плечи пострадавшего назад и зафиксировать их за спиной широким бинтом;
- б) поместить в локтевой сустав валик из скатанной материи, согнуть руку в локтевом суставе и зафиксировать предплечье к плечу;
- в) согнуть руку в локтевом суставе и зафиксировать предплечье к плечу;
- г) зафиксировать бинтом руку к телу.

36. Кровотечение — это:

- а) быстрое выделение крови из органов;
- б) истечение крови из кровеносных сосудов при нарушении целостности их стенок;
- в) выход крови наружу из поврежденных органов;
- г) запекшаяся, но сочащаяся кровь.

37. Кровотечения бывают следующих видов:

- а) венозное, артериальное, капиллярное, паренхиматозное, смешанное;
- б) венозное, артериальное, легочное, носовое;
- в) поверхностное, глубокое, смешанное;
- г) из пальца, из ноги, из руки.

38. Определите последовательность оказания первой медицинской помощи при открытых переломах:

- а) остановить кровотечение, наложить стерильную повязку, провести иммобилизацию, доставить пострадавшего в лечебное учреждение;
- б) дать обезболивающее средство, провести иммобилизацию конечности, направить пострадавшего в лечебное учреждение;
- в) придать пострадавшему удобное положение, аккуратно вправить кость в первоначальное положение, наложить повязку и провести иммобилизацию, доставить пострадавшего в лечебное учреждение;

39. Определите последовательность оказания первой медицинской помощи при закрытых переломах:

- а) на место перелома наложить тугую повязку, дать обезболивающее средство, доставить пострадавшего в лечебное учреждение;
- б) провести иммобилизацию, доставить пострадавшего в лечебное учреждение;
- в) провести иммобилизацию, на место перелома наложить холод, доставить пострадавшего в лечебное учреждение;
- г) наложить холод, наложить тугую давящую повязку, отправить в лечебное учреждение.

Практическое задание. Решение ситуационных задач.

Оказание первой медицинской помощи. Неотложные реанимационные мероприятия (сердечно-легочная реанимация, противошоковые мероприятия, остановка кровотечений, иммобилизация конечностей подручными средствами, транспортировка пострадавших)

Ситуационная задача № 1

Из горящего здания эвакуирован пострадавший, который получил термические ожоги. Кожа левого плеча, предплечья, кисти, правой голени, и стопы гиперемирована (покраснения), покрыта пузырями. Общее состояние тяжелое, выраженное психомоторное возбуждение, пульс и дыхание учащены.

Задания:

1. Определите неотложное состояние пострадавшего, обоснуйте его.
2. Составьте алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия.

Ситуационная задача № 2

Мужчина 35 лет. Жалобы на резкую слабость, тошноту, многократную рвоту с остатками пищевых масс, частый жидкий стул, сердцебиение, головокружение, двоение в глазах. 10 часов назад принимал в пищу свежеприготовленные грибы, собранные накануне в лесу.

Задания:

1. Определите неотложное состояние пострадавшего, обоснуйте его.
2. Составьте алгоритм оказания первой доврачебной помощи на месте происшествия.

Ситуационная задача № 3

При ДТП перевернулась автомашина. Пострадавший получил удар в область живота. На момент осмотра беспокоят тошнота, рвота, выраженная слабость, головокружение.

Задания:

1. Определите неотложное состояние пострадавшего, обоснуйте его.
2. Составьте алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия.

Ситуационная задача № 4

Женщина 20 лет жалуется на выраженный, плотный, бледный, отек лица, затрудненное дыхание из-за дискомфорта в горле, слабость, беспокойство, тошноту, осиплость голоса. Это состояние развилось через 30 минут после инъекции антибиотика.

Задания:

1. Определите неотложное состояние пострадавшего, обоснуйте его.
2. Составьте алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия.

Ситуационная задача № 5

Подростки, нарушая правила пожарной безопасности, ходили курить на лестничную площадку запасного эвакуационного выхода в подъезде жилого дома, заставленного списанными тумбочками. От не потушенной сигареты начался пожар. Ребята, испугавшись, начали тушить пожар. От их неправильных действий произошло

сильное задымление. Началась паника. У некоторых подростков появилась тошнота, головная боль, головокружение, затруднено дыхание, слабость.

Задания:

1. Определите неотложное состояние пострадавшего, обоснуйте его.
2. Составьте алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия.

Ситуационная задача № 6

Два подростка принесли домой неизвестные таблетки, 10 штук, закрытые в полиэтиленовом пакете и завернутые в бумагу черного цвета. Найденные подростками таблетки по одной начали погружать в банку с водой; растворяясь, таблетки выделили газ. Вскоре в комнате сильно запахло хлором, состояние ребят ухудшилось, они стали задыхаться, чихать, кашлять, появилась резь в глазах. Газ распространился за пределы квартиры. Вы оказались рядом, действуйте.

Задания:

1. Определите неотложное состояние пострадавшего, обоснуйте его.
2. Составьте алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия.

Ситуационная задача № 7

Во время проведения военных сборов при имитации взрыва здания возник пожар. На пострадавшем загорелась одежда. Получил ожог пламенем. На верхних конечностях кожа гиперемирована покрыта пузырями. Имеются значительные участки светло-коричневого струпа. Кожа лица гиперемирована, отечна. Была однократная рвота. Пострадавший возбужден.

Задания:

1. Определите неотложное состояние пострадавшего, обоснуйте его.
2. Составьте алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия.

Ситуационная задача № 8

При проведении спасательных работ в зоне землетрясения был обнаружен пострадавший и извлечен спасателями. Обломками здания 6 часов назад ему придавило левую ногу до уровня нижней трети бедра. Сознание спутано. Бледен, просит пить.

Задания:

1. Определите неотложное состояние пострадавшего, обоснуйте его.
2. Составьте алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия.

Ситуационная задача № 9

Пострадавший был извлечен через 6 часов бригадой спасателей. Левое плечо водителя было сильно сдавлено деформированной кабиной автомобиля, который перевернулся. Плечо в средней трети деформировано, определяется патологическая подвижность. Тактильная чувствительность на конечности ослаблена, болевая чувствительность сохранена. Активные движения конечности резко ограниченные и болезненные. Пульсация на левой лучевой артерии не определяется.

Задания:

1. Определите неотложное состояние пострадавшего, обоснуйте его.
2. Составьте алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия.

Ситуационная задача № 10

Во время выполнения строительных работ один из работников получил удар по голове тяжелым предметом. Сразу же потерял сознание на короткое время. Пострадавший в сознании, о том, как произошла травма ничего не помнит, жалуется на сильную слабость, головную боль, головокружение, тошноту, однократно была рвота. На голове в области темени имеется подкожная гематома диаметром 6см.

Задания:

1. Определите неотложное состояние пострадавшего, обоснуйте его.
2. Составьте алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия.

Ситуационная задача № 11

Поднимаясь по лестнице в подъезд своего дома, человек был подвергнут нападению неизвестных. Упал и прокатился по лестнице вниз головой. Кратковременно терял сознание. Встать не смог, из-за резких болей в области шеи. Движения и чувствительность в верхних и нижних конечностях отсутствуют.

Задания:

1. Определите неотложное состояние пострадавшего, обоснуйте его.
2. Составьте алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия.

Ситуационная задача № 12

После удара молнии в одиноко стоявшее дерево, укрывавшийся под ним от дождя человек упал. Вы очевидец произошедшего.

Пораженный без сознания. У пораженного древовидные красные полосы на коже, исчезающие при надавливании пальцами. Пульса нет, дыхание отсутствует. Глазные рефлексы отсутствуют.

Задания:

1. Определите неотложное состояние пострадавшего, обоснуйте его.
2. Составьте алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия.

2.7. Оценочные средства к разделу «Безопасность в социуме».

Вопросы для устного опроса:

- Что такое социальная безопасность и какие факторы на нее влияют?
- Каковы основные угрозы безопасности в современном обществе? Приведите примеры.
- Какое значение имеет общение для психического и эмоционального здоровья человека?
- Какие основные барьеры могут возникнуть в процессе общения, и как их преодолеть?
- Как невербальное общение влияет на восприятие информации и взаимодействие между людьми?
- Что такое конфликт, и какие основные типы конфликтов существуют?

- Каковы основные стратегии разрешения конфликтов, и в каких ситуациях каждая из них наиболее эффективна?
- Какова роль активного слушания в процессе разрешения конфликта?
- Что такое конструктивное воздействие, и как оно может помочь в межличностных отношениях?
- Какие деструктивные способы воздействия могут негативно повлиять на отношения между людьми? Приведите примеры.
- Как манипуляции могут влиять на динамику общения и отношений в группе?
- Каково влияние групповой динамики на поведение индивидов в больших коллективах?
- Какие психологические механизмы используются для формирования общественного мнения и массового поведения?
- Как реклама и пропаганда используют психологические принципы для воздействия на большие аудитории?

Задание 1.

Как правило, конфликт разворачивается постепенно и проходит через несколько стадий. Соотнесите буквенное значение стадий конфликта с их цифровым определением

Стадия конфликта	
А	предконфликтная ситуация
Б	инцидент
В	эскалация конфликта
Г	кульминация
Д	завершение или замораживание конфликта
Е	постконфликтная ситуация

Определение - значение	
1	активность сторон нарастает, усиливается их противостояние, обстановка накаляется
2	если первоначальное противоречие снимается в результате переговоров или достижения компромисса, конфликт считается исчерпанным, если этого сделать не удалось, он замораживается
3	один из участников или все участники потенциального конфликта понимают, что существует противоречие или расхождение во мнениях, планах
4	высшая степень проявления конфликта, во время которой его участники наносят друг другу максимальный ущерб
5	событие, запускающее открытый конфликт
6	участники конфликта уже не конфликтуют, но воспоминания об инциденте влияют на их дальнейшие отношения

Задание 2.

Состояние эмоционального напряжения, возникающее у человека в качестве ответной реакции организма на влияние неблагоприятных, значительных по силе и продолжительности внешних и внутренних воздействий – это

- а) стресс
- б) адаптивность
- в) иммунитет

Задание 3.

Конфликтные ситуации могут существенно повлиять на психическое здоровье, уровень стресса и общую безопасность.

Назовите последствия конфликтов.

Задание 4.

Какие стратегии можно использовать для смягчения конфликтов?

Задание 5.

Дополните ответ. Существуют шесть способов решения конфликта:

- силовой; - конкуренция; - уклонение; - приспособление

Задание 6.

Какой способ решения конфликта изображен на рисунке?



- а) конкуренция б) силовой в) уклонение г) компромисс

Задание 7.

Опишите положительные и негативные последствия разрешения конфликта способом конкуренции

Задание 8.

На рисунке изображено решение конфликта способом уклонения. Когда можно выбрать этот способ решения конфликта?



Задание 9.

Какой способ решения конфликта изображён на рисунке?



а) приспособление б) конкуренция в) силовой г) сотрудничество

Задание 10.

В каких случаях можно выбрать компромисс, как способ решения конфликта?



2.8. Оценочные средства к разделу «Безопасность в информационном пространстве».

Вопросы для устного опроса:

- Что такое информационная безопасность и почему она важна в современном обществе?
- Какие основные угрозы информационной безопасности существуют? Приведите примеры.
- Каковы основные принципы защиты информации в цифровом пространстве?
- Безопасность в цифровой среде
- Что такое киберугроза, и как она может повлиять на пользователей и организации?
- Каковы основные меры предосторожности, которые пользователи могут предпринять для защиты своей информации в интернете?
- Что такое фишинг, и как его можно распознать и предотвратить?
- Опасности, связанные с использованием программного обеспечения
- Какие риски могут возникнуть при использовании нелицензионного программного обеспечения?
- Как вредоносное ПО (вирусы, трояны, шпионские программы) может повредить устройства и данные пользователей?
- Почему важно регулярно обновлять программное обеспечение и операционные системы?
- Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде
- Как социальные сети могут представлять угрозу безопасности личной информации?
- Как анонимность в интернете может способствовать негативному поведению пользователей?
- Достоверность информации в цифровой среде
- Какие методы можно использовать для проверки достоверности информации, найденной в интернете?
- Как фейковые новости могут повлиять на общественное мнение и поведение людей?

- Почему важно критически оценивать источники информации в цифровом пространстве?
- Защита прав в цифровом пространстве
- Какие права пользователей должны быть защищены в цифровом пространстве?
- Как пользователи могут защищать свои права на конфиденциальность в интернете?

Тестовые задания:

1. К правовым методам, обеспечивающим информационную безопасность, относятся:

- 1) Разработка аппаратных средств обеспечения правовых данных
- 2) Разработка и установка во всех компьютерных правовых сетях журналов учета действий
- 3) Разработка и конкретизация правовых нормативных актов обеспечения безопасности

2. Основными источниками угроз информационной безопасности являются все указанное в списке:

- 1) Хищение жестких дисков, подключение к сети, инсайдерство
- 2) Перехват данных, хищение данных, изменение архитектуры системы
- 3) Хищение данных, подкуп системных администраторов, нарушение регламента работы

3. Виды информационной безопасности:

- 1) Персональная, корпоративная, государственная
- 2) Клиентская, серверная, сетевая
- 3) Локальная, глобальная, смешанная

4. Цели информационной безопасности

- 1) своевременное обнаружение в сети инсайдерства в организации
- 2) предупреждение несанкционированного доступа
- 3) воздействия чрезвычайных ситуаций

5. Основные объекты информационной безопасности:

- 1) Компьютерные сети, базы данных
- 2) Информационные системы, психологическое состояние пользователей
- 3) Бизнес-ориентированные, коммерческие системы

6. Основными рисками информационной безопасности являются:

- 1) Искажение, уменьшение объема, перекодировка информации
- 2) Техническое вмешательство, выведение из строя оборудования сети
- 3) Потеря, искажение, утечка информации

7. К основным принципам обеспечения информационной безопасности относится:

- 1) Экономической эффективности системы безопасности
- 2) Многоплатформенной реализации системы
- 3) Усиления защищенности всех звеньев системы

8. Основными субъектами информационной безопасности являются:

- 1) руководители, менеджеры, администраторы компаний
- 2) органы права, государства, бизнеса

3) сетевые базы данных, фаерволлы

9. К основным функциям системы безопасности можно отнести все перечисленное:

- 1) Установление регламента, аудит системы, выявление рисков
- 2) Установка новых офисных приложений, смена хостинг-компания
- 3) Внедрение аутентификации, проверки контактных данных пользователей тест

10. Принципом информационной безопасности является принцип недопущения:

- 1) Неоправданных ограничений при работе в сети (системе)
- 2) Рисков безопасности сети, системы
- 3) Презумпции секретности

11. Принципом политики информационной безопасности является принцип:

- 1) Невозможности миновать защитные средства сети (системы)
- 2) Усиления основного звена сети, системы
- 3) Полного блокирования доступа при риск-ситуациях

12. Принципом политики информационной безопасности является принцип:

- 1) Усиления защищенности самого незащищенного звена сети (системы)
- 2) Перехода в безопасное состояние работы сети, системы
- 3) Полного доступа пользователей ко всем ресурсам сети, системы

13. Принципом политики информационной безопасности является принцип:

- 1) Разделения доступа (обязанностей, привилегий) клиентам сети (системы)
- 2) Одноуровневой защиты сети, системы
- 3) Совместимых, однотипных программно-технических средств сети, системы

14. К основным типам средств воздействия на компьютерную сеть относятся:

- 1) Компьютерный сбой
- 2) Логические закладки («мины»)
- 3) Аварийное отключение питания

15. Когда получен спам по e-mail с приложенным файлом, следует:

- 1) Прочитать приложение, если оно не содержит ничего ценного – удалить
- 2) Сохранить приложение в парке «Спам», выяснить затем IP-адрес генератора спама
- 3) Удалить письмо с приложением, не раскрывая (не читая) его

16. ЭЦП – это:

- 1) Электронно-цифровой преобразователь
- 2) Электронно-цифровая подпись
- 3) Электронно-цифровой процессор

17. Наиболее распространены угрозы информационной безопасности корпоративной системы:

- 1) Покупка нелегального ПО
- 2) Ошибки эксплуатации и неумышленного изменения режима работы системы
- 3) Сознательного внедрения сетевых вирусов

18. Наиболее распространены угрозы информационной безопасности сети:

- 1) Распределенный доступ клиент, отказ оборудования
- 2) Моральный износ сети, инсайдерство
- 3) Сбой (отказ) оборудования, нелегальное копирование данных

19. Наиболее распространены средства воздействия на сеть офиса:

- 1) Слабый трафик, информационный обман, вирусы в интернет
- 2) Вирусы в сети, логические мины (закладки), информационный перехват
- 3) Компьютерные сбои, изменение администрирования, топологии

20. Утечкой информации в системе называется ситуация, характеризующаяся:

- 1) Потерей данных в системе
- 2) Изменением формы информации
- 3) Изменением содержания информации

21. Свойствами информации, наиболее актуальными при обеспечении информационной безопасности являются:

- 1) Целостность
- 2) Доступность
- 3) Актуальность

22. Информация, которую следует защищать (по нормативам, правилам сети, системы) называется:

- 1) Регламентированной
- 2) Правовой
- 3) Защищаемой

23. Разновидностями угроз безопасности (сети, системы) являются все перечисленные в списке:

- 1) Программные, технические, организационные, технологические
- 2) Серверные, клиентские, спутниковые, наземные
- 3) Личные, корпоративные, социальные, национальные

24. Окончательно, ответственность за защищенность данных в компьютерной сети несет:

- 1) Владелец сети
- 2) Администратор сети
- 3) Пользователь сети

25. Политика безопасности в системе (сети) – это комплекс:

- 1) Руководств, требований обеспечения необходимого уровня безопасности
- 2) Инструкций, алгоритмов поведения пользователя в сети
- 3) Нормы информационного права, соблюдаемые в сети

26. Наиболее важным при реализации защитных мер политики безопасности является:

- 1) Аудит, анализ затрат на проведение защитных мер
- 2) Аудит, анализ безопасности
- 3) Аудит, анализ уязвимостей, риск-ситуаций

2.9. Оценочные средства к разделу «Основы противодействия экстремизму и терроризму».

Вопросы для устного опроса:

- Назовите основные цели терроризма.
- Что такое экстремизм и терроризм? Каковы основные отличия между этими понятиями?
- Какие факторы способствуют возникновению экстремистских и террористических движений?
- Каковы основные цели и методы, используемые террористами для достижения своих целей?
- Как экстремизм и терроризм влияют на социальную стабильность и экономическое развитие общества?
- Какие последствия могут возникнуть в результате террористических актов для гражданского населения и государства?
- Как международное сообщество реагирует на угрозу терроризма и экстремизма? Приведите примеры успешных инициатив.
- Что делать в случае угрозы террористического акта? Каковы основные рекомендации по безопасности?
- Как вести себя в общественных местах, чтобы минимизировать риск стать жертвой терроризма?
- Что делать, если вы стали свидетелем подозрительного поведения или предметов в общественном месте?
- Какие меры могут быть предприняты государством для предотвращения экстремизма и терроризма?
- Какова роль образования в противодействии экстремизму? Какие программы могут помочь молодежи избежать радикализации?
- Какова роль гражданского общества в борьбе с экстремизмом и терроризмом? Приведите примеры успешных инициатив.
- Как важно информировать население о методах распознавания экстремистских идеологий и групп?
- Какие ресурсы доступны для людей, которые хотят узнать больше о противодействии экстремизму и терроризму?
- Как СМИ могут способствовать или препятствовать распространению экстремистских идей?
- В чем отличие международного терроризма от внутригосударственного?

Тестовые задания:

1. Могут ли Вооружённые Силы РФ привлекаться для борьбы с терроризмом за пределами территории своей страны?

- 1) нет
- 2) да

2. Что подразумевается под терроризмом?

- 1) нарушение прав человека
- 2) использование насилия для достижения преступных целей
- 3) оскорбление чувств верующих
- 4) противодействие правительству

3. Какие цели могут преследовать террористы?

- 1) установление демократии в стране
- 2) религиозная пропаганда
- 3) оккупация чужой территории
- 4) устранение незаконного властного режима

4. Какие организации могут быть причастны к террористической деятельности?

- 1) ООН
- 2) Международный красный крест
- 3) ИГИЛ (Исламское государство Ирака и Леванта)
- 4) Всемирная организация здравоохранения

5. Какими средствами могут осуществляться террористические акты?

- 1) взрывы
- 2) хакерские атаки
- 3) захват заложников
- 4) все ответы верны

6. Что такое биотерроризм?

- 1) использование бактерий и вирусов в качестве оружия
- 2) противозаконные действия в отношении биологических объектов
- 3) отказ от использования животных в качестве пищи
- 4) нет верного ответа

7. Какие последствия могут быть вызваны террористическими актами?

- 1) жертвы среди населения
- 2) материальный ущерб
- 3) паника и страх в обществе
- 4) все ответы верны

8. Как государство может противостоять терроризму?

- 1) расширение полномочий правоохранительных органов
- 2) проведение профилактической работы среди населения
- 3) сотрудничество с другими странами
- 4) все ответы верны

9. Укажите, что относится к признакам самодельного взрывного устройства на представленном ниже рисунке?



- 1) только 1
- 2) только 2

- 3) только 3
- 4) 1,2 и 3

10. Какую роль играют СМИ в борьбе с терроризмом?

- 1) популяризация идеологии террористов
- 2) поддержка правительства в борьбе с терроризмом
- 3) информирование общественности о террористических актах
- 2) нейтральное освещение событий

11. Какие меры безопасности можно принять в целях предотвращения террористических актов?

- 1) усиление контроля на границах
- 2) внедрение систем видеонаблюдения
- 3) организация собственной разведки
- 4) все ответы верны

12. Что такое террористическая угроза?

- 1) подозрение на возможное совершение акта
- 2) конкретное сообщение о планируемом террористическом акте
- 3) население, подвергающееся риску террористических действий
- 4) оценка вероятности террористического нападения

13. Каковы основные принципы поведения в случае террористического нападения?

- 1) попытка ухода с места происшествия
- 2) сообщение о происшествии в правоохранительные органы
- 3) подчинение требованиям террористов
- 4) защита своей жизни и жизни других людей

14. Какими средствами можно защититься от террористического нападения?

- 1) применение специальных средств самозащиты
- 2) участие в тренингах по обучению выживанию
- 3) бдительность и осведомленность о возможных угрозах
- 4) все ответы верны

15. Правильны ли действия мальчика на указанном ниже рисунке?



- 1) нет, необходимо было подождать возвращения обладателя портфеля
- 2) нет, это может быть ложной тревогой
- 3) нет, необходимо относить забытые вещи в полицию самому

4) да, о забытых или бесхозных вещах всегда следует сообщать в полицию

16. Какая международная организация занимается борьбой с терроризмом?

- 1) ООН
- 2) ЮНЕСКО
- 3) ОПЕК
- 4) Интерпол

17. Что в переводе с латинского означает слово "террор"?

- 1) мир
- 2) страх
- 3) боль
- 4) гром

18. Какие виды терроризма существуют?

- 1) государственный
- 2) религиозный
- 3) домашний
- 4) все ответы верны

19. Когда в России был совершен первый террористический акт?

- 1) в 1860-ые годы
- 2) в 1870-ые годы
- 3) в 1900-ых годах
- 4) в 1920-ых годах

20. На чем основан националистический терроризм?

- 1) на идеологии национальной превосходности
- 2) на вере в необходимость защиты национальной идентичности и интересов групп
- 3) на политической борьбе за самоопределение и независимость национальных групп
- 4) на насилии и подавлении меньшинств или других национальных групп

21. На основании каких документов проводится борьба с терроризмом в РФ?

- 1) Конституция РФ
- 2) Федеральный закон "О борьбе с терроризмом"
- 3) различные правительственные приказы и постановления
- 4) международные соглашения и конвенции

22. Какие способы финансирования используют террористы?

- 1) криминальная деятельность
- 2) пожертвования от сторонних организаций
- 3) изъятие выкупа за заложников
- 4) все ответы верны

23. Что такое диверсия?

- 1) специальная операция, осуществляемая с целью нанесения ущерба или дезорганизации военно-стратегическим объектам, коммуникационной инфраструктуре или противнику
- 2) запланированное и координированное вмешательство, направленное на изменение результатов политических выборов

- 3) использование ложной информации с целью ввода в заблуждение или манипулирования целью или группой целей
- 4) разведывательная операция с целью получения необходимых данных о расположении определенных объектов на территории противника

2.10. Оценочные средства к разделу «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения».

Вопросы для устного опроса:

- Какие законодательные акты и нормативно-техническая документация регламентирует действия в чрезвычайных ситуациях?
- Назовите основные положения Федерального Закона «О защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
- Назовите основные положения Федерального Закона «О гражданской обороне». 12. Что относится к инженерной защите населения?
- Дайте определение понятию об устойчивости объектов экономики в чрезвычайной ситуации.
- Перечислите факторы, определяющие стабильность функционирования технических систем и бытовых объектов.
- Охарактеризуйте критерии устойчивости объектов экономики в чрезвычайной ситуации.
- Перечислите 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 серьёзной угрозе национальной безопасности России.
- Расскажите об основных мероприятиях, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики, включающих мероприятия по обеспечению надёжной защиты рабочих и служащих, повышение надёжности инженерно-технического комплекса, обеспечивающих систему непрерывного контроля.
- Как происходит резервирование бытовых и технических объектов и их подготовка на аварийный режим работы, подготовка к восстановлению нарушенного производства?
- Что относится к чрезвычайным ситуациям военного характера?
- Опасности, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий (прямые, косвенные, связанные с изменением среды обитания людей).
- Какую угрозу несет ядерное, химическое, бактериологическое оружие?
- Что относится к современным видам обычных средств поражения?

Практическое задание.

Ответьте на вопросы теста.

Тестовые задание:

1. Составная часть воинской обязанности граждан Российской Федерации, которая заключается в специальном учете всех призывников и военнообязанных по месту жительства, — это:

- 1) обучение всех призывников;
- 2) воинский контроль;
- 3) учет военнослужащих;

4) воинский учет.

2. Первичный учет призывников и военнообязанных, проживающих в сельской местности, а также в городах и поселках, где нет военкоматов, возлагается на:

- 1) военно-учетные столы при органах местного самоуправления;
- 2) специальное уполномоченное лицо от воинского подразделения, расположенного в регионе;
- 3) заместителя руководителя органа местного самоуправления;
- 4) преподавателями - организаторами ОБЖ.

3. Персональный воинский учет ведется:

- 1) специально уполномоченным сотрудником органа управления образованием района (город1);
- 2) управлениями (отделами) кадров военных округов;
- 3) районными (городскими) военными комиссариатами;
- 4) преподавателями - организаторами ОБЖ.

4. Под воинской обязанностью понимается:

- 1) установленный законом почетный долг граждан с оружием в руках защищать свое Отечество, нести службу в рядах Вооруженных Сил, проходить вневойсковую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности;
- 2) прохождение военной службы в мирное и военное время, самостоятельная подготовка к службе в Вооруженных Силах;
- 3) долг граждан нести службу в Вооруженных Силах в период военного положения и в военное время;
- 4) оказание посильной помощи Вооруженным Силам.

5. Право гражданина Российской Федерации на замену военной службы альтернативной гражданской службой определено:

- 1) в законе «О статусе военнослужащих».
- 2) в законе «О статусе военнослужащих»;
- 3) в законе «Об обороне»;
- 4) в Конституции Российской Федерации;

6. Кто в соответствии с законодательством Российской Федерации уполномочен вести переговоры и подписывать международные договоры об участии российских Вооруженных Сил в операциях по поддержанию мира и международной безопасности:

- 1) министр обороны Российской Федерации;
- 2) Президент Российской Федерации;
- 3) секретарь Совета Безопасности Российской Федерации;
- 4) генеральный штаб ВС РФ.

7. Какой правовой акт устанавливает права и свободы военнослужащих:

- 1) Указ Президента Российской Федерации «О создании Вооруженных Сил Российской Федерации»;
- 2) Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»;
- 3) Федеральный закон «О статусе военнослужащих»;
- 4) Уставы Вооруженных Сил РФ.

8. Военнослужащим, проходящим военную службу по призыву, один день участия в вооруженном конфликте или нахождении на излечении вследствие полученных в этом случае ранений, контузий, увечий и заболеваний засчитывается:

- 1) за полтора дня службы;
- 2) за два дня службы;
- 3) за три дня службы;
- 4) не засчитывается никак.

9. В соответствии с Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе» первоначальная постановка на учет осуществляется:

- 1) в период с 1 января по 31 марта в год достижения гражданами возраста 17 лет;
- 2) в период с 1 июня по 30 августа в год достижения гражданами возраста 16 лет;
- 3) в период с 1 сентября по 30 ноября в год достижения гражданами возраста 18 лет;
- 4) в течении всего года.

10. В каких случаях гражданин Российской Федерации имеет право на замену военной службы альтернативной гражданской службой:

- 1) в случае, если его семья или ближайшие родственники ходатайствуют о замене военной службы на альтернативную;
- 2) в случае, если его убеждениям или вероисповеданию противоречит несение военной службы;
- 3) в случае, если его возраст на момент призыва составляет 25 лет и более;
- 4) по желанию призывника.

11. Военная служба исполняется гражданами:

- 1) только в Вооруженных Силах Российской Федерации;
- 2) в Вооруженных Силах Российской Федерации, пограничных войсках Федеральной пограничной службы Российской Федерации и в войсках гражданской обороны;
- 3) в Вооруженных Силах Российской Федерации, других войсках, органах и формированиях;
- 4) где придется.

12. Граждане Российской Федерации проходят военную службу:

- 1) только в добровольном порядке (по контракту);
- 2) по призыву и в добровольном порядке (по контракту);
- 3) только по призыву, по достижении определенного возраста;
- 4) на военных сборах.

Практическое задание.

Организация Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)

Цель: Изучить первичные средства пожаротушения и область их применения.

1. РСЧС функционирует в режимах

- 1) Боевой готовности
- 2) Повседневной деятельности
- 3) Повышенной готовности
- 4) Чрезвычайной Ситуации

2. Назовите систему, созданную в России для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций:

- 1) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС
- 2) Система сил и средств для ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций
- 3) Гражданская оборона
- 4) Система наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды

3. _____ – это система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

- 1) Гражданская оборона
- 2) МЧС
- 3) РСЧС

4. _____ создается на базе узла связи объекта. На нее возлагается организация связи и своевременного оповещения руководящего состава, персонала объекта и населения, проживающего вблизи объекта, об угрозе чрезвычайной ситуации.

- 1) Служба энергоснабжения и светомаскировки
- 2) Аварийно–техническая служба
- 3) Служба оповещения и связи
- 4) Служба убежищ и укрытий
- 5) Служба материально–технического обеспечения

5. Назовите закон в России определяющий правовые и организационные нормы в области защиты от чрезвычайных ситуаций:

- 1) закон Российской Федерации "О безопасности"
- 2) Федеральный закон "Об обороне"
- 3) Федеральный закон "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера"
- 4) Федеральный закон "О гражданской обороне"

6. Основные задачи РСЧС:

- 1) подготовка резервов и мобилизационной базы для мобилизации военного персонала
- 2) ликвидация ЧС
- 3) осуществление мер по социальной защите населения, пострадавшего от ЧС, проведение гуманитарных акций
- 4) подготовка населения к действиям при ЧС
- 5) обеспечение готовности к действиям органов управления, сил и средств, предназначенных для предупреждения и ликвидации ЧС
- 6) сбор, обработка, обмен и выдача информации в области защиты населения и территорий от ЧС
- 7) нормативно-правовое регулирование в области обороны
обеспечение безопасности границ и защиту национальных интересов страны

7. Организационная структура РСЧС состоит из территориальных и функциональных подсистем и имеет пять уровней:

- 1) объектовый
- 2) муниципальный

- 3) региональный
- 4) межрегиональный
- 5) федеральный
- 6) международный

8. К Координационным органам РСЧС относятся:

- 1) Правительственная комиссия по предупреждению и ликвидации ЧС и обеспечению пожарной безопасности
- 2) МЧС и его территориальные органы
- 3) дежурно диспетчерские службы
- 4) центры управления в кризисных ситуациях

9. Органы повседневного управления РСЧС:

- 1) Центры управления в кризисных ситуациях, информационные центры, дежурно-диспетчерские службы
- 2) МЧС и его территориальные органы
- 3) Правительственная комиссия по предупреждению и ликвидации ЧС и обеспечению пожарной безопасности

10. Постоянно действующие органы РСЧС:

- 1) МЧС и его территориальные органы
- 2) Центры управления в кризисных ситуациях, информационные центры, дежурно-диспетчерские службы
- 3) Правительственная комиссия по предупреждению и ликвидации ЧС и обеспечению пожарной безопасности

Критерии оценивания выполнения практических заданий:

Оценка 5 – «отлично» выставляется, если обучающийся демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, определяет взаимосвязи между показателями задачи, дает правильный алгоритм решения, самостоятельно делает необходимые выводы и обобщения, дает четкие ответы на вопросы.

Оценка 4 – «хорошо» ставится, если обучающийся демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, допуская незначительные неточности в алгоритме при решении заданий, дает не совсем полный ответ на вопросы.

Оценка 3 – «удовлетворительно» ставится, если обучающийся затрудняется с правильной оценкой предложенной задачи, дает неполный ответ, требующий наводящих вопросов преподавателя, выбор алгоритма решения задания возможен при наводящих вопросах преподавателя.

Оценка 2 – «неудовлетворительно» ставится, если обучающийся дает неверную оценку ситуации, неправильно выбирает алгоритм действий, не дает правильный ответ на контрольные вопросы, не выполняет задание.

3. КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Форма промежуточной аттестации номер 1 – другие формы контроля (семестровый контроль). Оценка за семестровый контроль выставляется по результатам всех практических работ за семестр, выполненных в срок и в полном объеме.

Форма промежуточной аттестации номер 2 – зачет с оценкой. Промежуточная аттестация осуществляется по результатам работы обучающегося в течение семестра, на основании выполнения программы предмета в полном объеме и в установленные сроки.

Критерии выставления оценки ПА:

Оценка (ПА)	Оценки текущего контроля
5	Все работы сданы среднее арифметическое всех оценок не менее 4,6 балла
4	Все работы сданы среднее арифметическое всех оценок от 3,6
3	Не сданы 2 работы среднее арифметическое всех оценок от 2,6 до 3,6 балла
2	Не сданы более 2-х работ среднее арифметическое всех оценок менее 2,6 балла

4. КЛЮЧИ К ОЦЕНИВАНИЮ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ

Ключи к заданиям текущего контроля:

Раздел «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе».

Верные ответы к тестовым заданиям:

1. Ответ: 1
2. Ответ: 1
3. Ответ: 1
4. Ответ: 1
5. Ответ: 1
6. Ответ: 1
7. Ответ: 3
8. Ответ: 3
9. Ответ: 3

Раздел «Безопасность в быту».

Вопросы для устного опроса.

Ответ: При вызове специальные службы по телефону, необходимо сообщить:

- причину вызова (пожар, несчастный случай, взрыв, нападение, запах газа, захват заложников и т.п)
- свое имя и фамилию, а также номер телефона, откуда передается сообщение;
- точный адрес (улица, номер дома и квартиры, этаж, подъезд, код) или другие ориентиры.

Верные ответы к тестовым заданиям:

- 1 Ответ: а ж д
2. Ответ: б
3. Ответ: в
4. Ответ: б
5. Ответ: в
6. Ответ: в
7. Ответ: а
8. Ответ: б
9. Ответ: б

Раздел «Безопасность на транспорте».

Вопросы для устного опроса:

Вопрос 1. Ответ. По улице необходимо ходить умеренным шагом и только по тротуару, придерживаясь правой стороны, чтобы не мешать другим.

Вопрос 2. Ответ. В этом случае пешеходам надо идти по самому краю проезжей части в один ряд, занимая на ней минимальное пространство. В таких случаях наиболее безопасно идти по левой стороне проезжей части - навстречу движению транспортных средств. При таком движении пешеход видит приближающийся автомобиль и может своевременно сойти с проезжей части.

Вопрос 3. Ответ. Регулировщик обращен к пешеходам боком, руки опущены – это соответствует зеленому сигналу светофора и пешеходам разрешается переходить проезжую часть.

Регулировщик поднимает вверх руку или жезл, – это соответствует желтому сигналу светофора. Пешеходам в этом случае переход через улицу запрещается. Если же этот сигнал застал пешехода на перекрестке, когда он не прошел середину улицы, то он должен дойти до середины проезжей части, остановиться и ждать разрешающее движение сигнала регулировщика.

Регулировщик обращен к пешеходам грудью или спиной, – это соответствует красному сигналу светофора, переходить улицу (проезжую часть) запрещается.

Верные ответы к тестовым заданиям:

1. Ответ: Б
2. Ответ: Г
3. Ответ: Б
4. Ответ: А
5. Ответ: В
6. Ответ: Г
7. Ответ: В
8. Ответ: А

Раздел «Безопасность в общественных местах».

Верные ответы к тестовым заданиям:

1. Ответ: Б
2. Ответ: В
3. Ответ: А
4. Ответ: Б
5. Ответ: Б
6. Ответ: Б
7. Ответ: Б
8. Ответ: А
9. Ответ: В
10. Ответ: Б
11. Ответ: А

Тест по теме «Применение первичных средств пожаротушения»

Верные ответы к тестовым заданиям:

1. Ответ: а, б
2. Ответ: а, б
3. Ответ: а
4. Ответ: а, б
5. Ответ: а
6. Ответ: б, в
7. Ответ: в
8. Ответ: б
9. Ответ: а
10. Ответ: в
11. Ответ: б
12. Ответ: б
13. Ответ: а
14. Ответ: б
15. Ответ: в

Раздел «Безопасность в природной среде».

Верные ответы к тестовым заданиям:

1. Ответ: а,г,в,д,б,е
2. Ответ: в
3. Ответ: б
4. Ответ: в
5. Ответ: в
6. Ответ: в
7. Ответ: а
8. Ответ: а
9. Ответ: в

Практическое задание. Задание 5.

Вопрос 1. Ответ:

- заплывать за буйки, подплывать к судам (моторным, парусным), весельным лодкам, баржам, плотам и другим плавсредствам;
- прыгать в воду с лодок, катеров, причалов;
- подавать крики ложной тревоги;
- затевать игры в воде, связанные с нырянием и захватом друг друга, а также допускать другие шалости на воде;
- плавать на досках, лежаках, бревнах, камерах автомашин и т.п.

Вопрос 2. Ответ. При появлении боли в ноге рекомендуется немедленно остановиться, перевернуться на спину, разогнуть и напрячь ногу, стопу потянуть на себя, держать ногу в таком положении несколько секунд. Попробовать сильно ущипнуть себя за мышцу несколько раз. При наличии иголки или булавки – уколоть икроножную мышцу иголкой или булавкой.

Раздел «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний».

Верные ответы к тестовым заданиям:

Тест по теме «Основы медицинских знаний»:

1. Ответ: в
2. Ответ: в
3. Ответ: в
4. Ответ: б
5. Ответ: в
6. Ответ: г
7. Ответ: а
8. Ответ: г
9. Ответ: в
10. Ответ: а
11. Ответ: г
12. Ответ: в
13. Ответ: б
14. Ответ: а, г, ж
15. Ответ: а
16. Ответ: в, е
17. Ответ: б
18. Ответ: в
19. Ответ: г

- 20. Ответ: г
- 21. Ответ: в
- 22. Ответ: в
- 23. Ответ: б
- 24. Ответ: в
- 25. Ответ: а
- 26. Ответ: а
- 27. Ответ: б
- 28. Ответ: в
- 29. Ответ: а
- 30. Ответ: г
- 31. Ответ: в
- 32. Ответ: а, г, д, ж, к
- 33. Ответ: а
- 34. Ответ: в
- 35. Ответ: б
- 36. Ответ: б
- 37. Ответ: а
- 38. Ответ: а
- 39. Ответ: б

Решение ситуационных задач.

Ситуационная задача № 1

Ответ:

1. Неотложное состояние: термический ожог 1-2 степени, шок. Обоснование: эвакуирован из горящего здания, кожа гиперемирована и покрыта пузырями, площадь ожога составляет более 20%, состояние тяжелое возбужден.
2. Алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия:
 - 1) убедиться, что на пострадавшего и оказывающего первую помощь не распространяется действие опасности (огонь, тлеющие и обрушающиеся конструкции здания, продукты горения);
 - 2) снять остатки горевшей одежды, если невозможно снять, то с осторожностью срезать;
 - 3) по возможности, обработать ожоговую поверхность противоожоговым спреем;
 - 5) наложить теплоизолирующие, стерильные повязки на ожоговые поверхности, применить гипотермические пакеты;
 - 6) дать теплое питье;
 - 7) вызвать скорую медицинскую помощь

Ситуационная задача № 2

Ответ:

1. Неотложное состояние: отравление ядовитыми грибами. Обоснование: тошнота, рвота, частый жидкий стул, двоение в глазах, учащенное сердцебиение; употребление свежеприготовленных грибов.
2. Алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия:
 - 1) вызов скорой медицинской помощи,
 - 2) пострадавшего положить в охранительно-восстановительное положение на боку,
 - 3) обеспечить доступ свежего воздуха (открыть окно «напрветривание»),
 - 4) проследить, чтобы ничего не препятствовало свободному дыханию (ослабить ворот рубашки и ремень),
 - 5) обильное питье

Ситуационная задача № 3

Ответ:

1. Неотложное состояние: травма живота, возможно с повреждением внутренних органов, травматический шок. Обоснование: удар в область живота, тошнота, рвота, выраженная слабость, головокружение.
2. Алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия:
 - 1) убедиться, что на пострадавшего и оказывающего первую помощь не распространяется действие опасности (наезд автомобиля, возгорание автомобиля),
 - 2) в случае опасности возгорания автомобиля пострадавшего извлечь из машины,
 - 3) пострадавшего уложить на ровную поверхность, при рвоте повернуть голову набок, почь в очистке ротовой полости от рвотных масс,
 - 4) на область живота применить гипотермический пакет,
 - 5) на давать пить,
 - 6) вызвать скорую медицинскую помощь, сообщить в единую службу 112,
 - 7) наблюдать за состоянием пострадавшего.

Ситуационная задача № 4

Ответ:

1. Неотложное состояние: аллергическая реакция (отек Квинке) Обоснование: состояние после инъекции: выраженный, плотный, бледный, отек лица, затрудненное дыхание из-за дискомфорта в горле, слабость, беспокойство, тошноту, осиплость голоса.
2. Алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия:
 - 1) пострадавшей придать функционально удобное положение,
 - 2) вызвать скорую медицинскую помощь,
 - 3) обеспечить доступ свежего воздуха, расстегнуть стесняющую одежду,
 - 4) до прибытия бригады скорой медицинской помощи следить за состоянием пострадавшей, быть готовым к реанимационным действиям.

Ситуационная задача № 5

Ответ:

1. Неотложное состояние: отравление продуктами горения. Обоснование: вследствие вдыхания продуктов неполного горения - тошнота, головная боль, головокружение, затруднено дыхание, слабость.
2. Алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия:
 - 1) позвонить в службу 112 для вызова пожарной службы и скорой медицинской помощи,
 - 2) приступить к эвакуации, не используя лифт, прикрыв органы дыхания смоченной тканью,
 - 3) пострадавших подростков до прибытия скорой медицинской помощи разместить в охранительно-восстановительное положение на боку или полулежа,
 - 4) обеспечить доступ свежего воздуха, расстегнуть стесняющую одежду,
 - 5) до прибытия бригады скорой медицинской помощи следить за состоянием пострадавших.

Ситуационная задача № 6

Ответ:

1. Неотложное состояние: отравление парами хлора. Обоснование: запах хлора в квартире, пострадавшие стали задыхаться, чихать, кашлять, появилась резь в глазах.
2. Алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия:
 - 1) смочить ткань водой, закрыв ей себе органы дыхания, зайти в комнату к подросткам,
 - 2) вывести пострадавших на свежий воздух (из подъезда),
 - 3) пострадавших подростков до прибытия скорой медицинской помощи разместить в охранительно-восстановительное положение на боку или полулежа,
 - 4) обеспечить доступ свежего воздуха, расстегнуть стесняющую одежду,

- 5) обильное питье, промыть глаза, открытые участки кожи,
- 6) до прибытия бригады скорой медицинской помощи следить за состоянием пострадавших.

Ситуационная задача № 7

Ответ:

1. Неотложное состояние: термические ожоги верхних конечностей 2-3 степени, лица 1 степени, ожоговый шок. Обоснование: ожоги пламенем, возгорание одежды на пострадавшем; кожные покровы гиперемированы, покрыты пузырями, имеются значительные участки светло-коричневого струпа, площадь ожога более 20%; возбужден.
2. Алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия:
 - 1) убедиться, что на пострадавшего и оказывающего первую помощь не распространяется действие опасности (огонь, тлеющие и обрушающиеся конструкции здания, продукты горения);
 - 2) снять остатки горевшей одежды, если невозможно снять, то с осторожностью срезать;
 - 3) пострадавшего уложить с приподнятым ножным краем, обеспечить доступ воздуха, ослабив тугую одежду,
 - 4) по возможности, обработать ожоговую поверхность противожоговым спреем;
 - 5) наложить теплоизолирующие, стерильные повязки на ожоговые поверхности, применить гипотермические пакеты;
 - 6) дать теплое питье;
 - 7) вызвать скорую медицинскую помощь

Ситуационная задача № 8

Ответ:

1. Неотложное состояние: синдром длительного сдавливания нижней конечности, травматический шок. Обоснование: 6 часов нахождение под завалом, сдавливание нижней конечности, спутанность сознания, бледность, жажда.
2. Алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия:
 - 1) убедиться, что на пострадавшего и оказывающего первую помощь не распространяется действие опасности,
 - 2) пострадавшего уложить в горизонтальное положение,
 - 3) выполнить бинтование эластичным бинтом пострадавшей конечности от средней трети бедра до кончиков пальцев,
 - 4) на поврежденную конечность положить гипотермические пакеты,
 - 5) провести транспортную иммобилизацию поврежденной конечности наложением транспортных шин,
 - 6) вызвать скорую медицинскую помощь,
 - 7) до прибытия бригады скорой медицинской помощи следить за состоянием пострадавших.

Ситуационная задача № 9

Ответ:

1. Неотложное состояние: синдром длительного сдавливания нижней конечности, возможно перелом плеча, травматический шок. Обоснование: в течении 6 часов сдавление плеча деформированной кабиной автомобиля, деформация и патологическая подвижность плеча, отсутствие пульсации на левой лучевой артерии.
2. Алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия:
 - 1) убедиться, что на пострадавшего и оказывающего первую помощь не распространяется действие опасности,
 - 2) вызвать службу 112,
 - 3) 2) пострадавшего уложить в горизонтальное положение,

- 3) выполнить бинтование эластичным бинтом пострадавшей конечности от средней трети бедра до кончиков пальцев,
- 4) на поврежденную конечность положить гипотермические пакеты,
- 5) провести транспортную иммобилизацию поврежденной конечности наложением транспортных шин из подручных средств,
- 6) до прибытия бригады скорой медицинской помощи следить за состоянием пострадавших.

Ситуационная задача № 10

Ответ:

1. Неотложное состояние: черепно-мозговая травма. Обоснование: удар по голове тяжелым предметом, потеря сознания на короткое время, сильная слабость, головная боль, головокружение, тошнота, потеря памяти.
2. Алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия:
 - 1) разместить пострадавшего полулежа, обеспечить покой,
 - 2) вызов скорой медицинской помощи,
 - 3) обеспечить доступ свежего воздуха, расстегнуть стесняющую одежду,
 - 5) до прибытия бригады скорой медицинской помощи следить за состоянием пострадавших.

Ситуационная задача № 11

Ответ:

1. Неотложное состояние: черепно-мозговая травма, возможно перелом позвоночника. Обоснование: травма, падение с лестницы, потеря сознания на короткое время, чувствительность в верхних и нижних конечностях отсутствуют.
2. Алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия:
 - 1) вызов службы 112,
 - 2) до прибытия бригады скорой медицинской помощи следить за состоянием пострадавшего.

Ситуационная задача № 12

Ответ:

1. Неотложное состояние: повреждение молнией, клиническая смерть. Обоснование: удар молнии, древовидные красные полосы на коже, отсутствие сознания, пульса нет, дыхание отсутствует, глазные рефлексы отсутствуют.
2. Алгоритм оказания первой помощи на месте происшествия:
 - 1) вызвать скорую медицинскую помощь,
 - 2) уложить пострадавшего на твердую, ровную, сухую поверхность,
 - 3) расстегнуть стесняющую одежду,
 - 4) зафиксировать время начала реанимационных мероприятий,
 - 5) освободить полость рта,
 - 6) приступить к простейшей реанимации: непрямому массажу сердца и искусственной вентиляции легких,
 - 7) проводить мероприятия до приезда скорой медицинской помощи

Раздел «Безопасность в социуме».

Задание 1. Ответ: А - 3, Б - 5, В - 1, Г - 4, Д - 2, Е - 6

Задание 2. Ответ: а

Задание 3. Ответ:

Стресс и тревога. Затянувшийся конфликт может привести к усилению стресса и тревоги.

Ухудшение психического здоровья. Хронические конфликтные ситуации могут усугублять имеющиеся психические расстройства или даже приводить к возникновению новых.

Когнитивные нарушения. Постоянные конфликты могут влиять на когнитивные функции, что приводит к снижению концентрации внимания, плохому принятию решений и проблемам с памятью.

Задание 4. Ответ:

Открытое общение. Поощрение открытого диалога может помочь сторонам понять точку зрения друг друга.

Эмпатия. Постановка себя на место другого человека может значительно снизить уровень враждебности и недопонимания.

Обучение разрешению конфликтов. Это может быть особенно полезно на рабочем месте.

Обучение помогает людям конструктивно разрешать споры.

Обращение за внешней помощью. Иногда конфликты не удается разрешить собственными силами. В таких случаях консультация или посредничество могут стать нейтральной площадкой для решения проблем.

Задание 5. Ответ: компромисс; сотрудничество

Задание 6. Ответ:

Силовой способ решения конфликта. В этом случае один из участников конфликта навязывает свою волю и решение другому (другим участникам). Конфликт разрешается с помощью силы (власть, давление, санкции и т. п.). Силовой стиль обычно используют, когда есть явное преимущество в силе и ресурсах у одного из участников, высокая значимость у достигаемой цели, специфичность объекта конфликта (то, что нельзя поделить). У этого способа решения есть много недостатков. Когда применяют силовой стиль, проблема конфликта не исчезает, слабый лишь подчиняется сильному, со временем расстановка сил может измениться, и конфликт разгорится с новой силой

Задание 7. Ответ:

В этом варианте разрешения конфликта участниками используются индивидуальные действия, они стремятся добиться своего за счет другого. Этот способ может принести пользу только тогда, когда один из участников знает верное решение проблемы и обладает достаточным уровнем власти, чтобы настаивать на своем. Конкуренция помогает быстро найти решение конфликта, но может нести негативные последствия. Если это происходит в рабочем коллективе, то между сотрудниками возникает отчужденность, превышаются должностные полномочия, возникает нездоровая и ненужная активность в рабочих процессах.

Задание 8. Ответ:

Участники конфликта выбирают пассивное поведение, не желая сотрудничать и уклоняясь от решения проблемы. Этот способ решения можно выбрать, если вы заведомо слабая сторона, если проблема, из-за которой возник спор, не так уж и важна для вас, или просто нет времени на то, чтобы участвовать в конфликте

Задание 9. Ответ: сотрудничество

Задание 10. Ответ:

Один из участников конфликта делает некоторые уступки (в определенной степени) другому участнику, надеясь, что в ответ тоже получит некие уступки. Острые моменты конфликта, таким образом, сглаживаются, сам спор может разрешиться без больших потерь для всех сторон. Но у компромисса тоже есть негативные моменты: не будет найден источник проблемы, не ищутся оптимальные пути ее решения, возникает взаимное недовольство.

Вы можете выбрать компромисс, как способ решения конфликта, в том случае, когда понимаете, что удовлетворить потребности всех сторон, участвующих в споре, невозможно.