

**ПРАВОСЛАВНАЯ РЕЛИГИОЗНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ –
ДУХОВНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
"ДУХОВНОЕ УЧИЛИЩЕ ПО ПОДГОТОВКЕ РЕГЕНТОВ И ИКОНОПИСЦЕВ
КАЛУЖСКОЙ ЕПАРХИИ РУССКОЙ ПРАВОСЛАВНОЙ ЦЕРКВИ"**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Безопасность жизнедеятельности

для специальностей:

53.02.06 Хоровое дирижирование; Регент церковного хора, преподаватель

54.02.05 Живопись (по видам: Станковая живопись, Иконопись);

Иконописец, преподаватель

Одобрено на заседании
Педагогического совета КДУ

Протокол № 1

«29» августа 2022 г.

Ректор КДУ



протоиерей Иоанн Паюл

Калуга, 2022

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 53.02.06 «Хоровое дирижирование», 54.02.05 «Живопись»

Организация-разработчик:

Православная религиозная организация – духовная профессиональная образовательная организация «Духовное училище по подготовке регентов и иконописцев Калужской Епархии Русской Православной Церкви» (Духовное училище)

Разработчики:

Иерей Владимир Литвишко, магистр, проректор по УР, преподаватель Духовного училища;

Коркина Любовь Николаевна, методист Духовного училища.

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	4
1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	6
1.1 Область применения рабочей программы.....	6
1.2 Место учебной дисциплины в структуре образовательной программы среднего профессионального образования подготовки квалифицированных рабочих, служащих:.....	6
1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:.....	6
2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	9
2.1 Объем учебной дисциплины и виды внеучебной работы.....	9
2.2 Тематический план (очная форма обучения).....	10
2.3 Содержание учебной дисциплины.....	12
3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	23
3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.....	23
3.2. Информационное обеспечение обучения.....	24
3.3. Организация образовательного процесса.....	24
3.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса.....	24
4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	25
5. ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПРОГРАММЫ В ДРУГИХ ОП.....	27

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цель и задачи дисциплины

Настоящая рабочая программа дисциплины ОП. «Безопасность жизнедеятельности» для реализации ФГОС СПО по специальностям: 53.02.06. «Хоровое дирижирование», 54.02.05 «Живопись».

Цель дисциплины – формирование у обучающихся представления о процессе развития человека, охраны здоровья, безопасности жизнедеятельности, функций и взаимодействия силовых структур и армии, общения.

Задачи дисциплины:

Назначение курса «Безопасность жизнедеятельности» заключается в том, что студенты после его изучения смогут решать самые разнообразные задачи в процессе обучения, а также в самостоятельной творческой и профессиональной деятельности

Для лучшего усвоения материала изложение его производится с применением технических и аудиовизуальных средств обучения.

Круг основных проблем курса. В современных условиях глобализации развития мировой экономики, усложнения, интенсификации и увеличения напряженности профессиональной деятельности специалистов существенно возрастает общественно-производственное значение состояния здоровья каждого человека. Здоровье становится приоритетной социальной ценностью. В этой связи исключительную важность приобретает высокая профессиональная подготовка специалистов различного профиля к принятию решений и действиям по предупреждению чрезвычайных ситуаций (ЧС), а при их возникновении – к проведению соответствующих мероприятий по ликвидации их негативных последствий и, прежде всего, к оказанию первой помощи пострадавшим.

Для достижения эффективных результатов обучения следует использовать различные формы работы в зависимости от конкретных условий:

1. тесный контакт с преподавателями специальных дисциплин;
2. системный контроль за работой;
3. выборочная проверка конспектов лекций для выявления вопросов, наиболее трудно усваиваемых студентами;
4. чередование лекций с практическими занятиями по разделам, завершаемым в лекционном курсе;
5. выделение теоретических понятий, вводимых в курс изучения дисциплины БЖД, запись их определений в словарь терминов, рассчитанная на углубления этих понятий в процессе дальнейшего освоения предмета.

Настоящая программа определяет объем и содержание знаний, навыков и учебно-воспитательных задач предмета. При этом за педагогом сохраняется право творческой организации материала: перестановки отдельных тем, представление презентаций, просмотр фильмов.

Курс дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» рассчитан на 68 часов аудиторных занятий.

Организация изучения разделов «Основы обороны государства и воинская обязанность» и «Основы медицинских знаний», приведенных в рабочей программе, осуществляется согласно наличию лиц мужского пола, подлежащих призыву в Вооруженные силы России. В случае наличия таковых раздел «Основы обороны государства и воинская обязанность» изучается ими в объеме 48 часов, раздел «Основы медицинских знаний» в объеме 4 часов (оказание первой медицинской помощи). Остальные обучающиеся параллельно изучают раздел «Основы медицинских знаний» в объеме 48 часов, а раздел «Основы обороны государства и воинская обязанность» - в объеме 4 часов (ознакомительно, учитывая изучение этого раздела при обучении в общеобразовательной школе).

В связи с тем, что в группе обучающихся в 2019-20 учебном году нет обучающихся, подлежащих призыву в Вооруженные силы России, раздел «Основы обороны государства и воинская обязанность» сокращен до 4 часов, раздел «Основы медицинских знаний» изучается лицами обоего пола в полном объеме.

Для контроля усвоения знаний и умений обучающихся программой предусмотрены различные формы: опросы, тестирование, контрольные работы, самостоятельные работы, беседы по просмотренным видеофильмам, практические работы по оказанию первой медицинской помощи и т.п.

Вариативная часть по данной дисциплине не предусмотрена.

Итоговая аттестация осуществляется в виде дифференцированного зачета.

1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности по специальности 53.02.06 «Хоровое дирижирование», 54.02.05 «Живопись»

1.2 Место учебной дисциплины в структуре образовательной программы среднего профессионального образования подготовки квалифицированных рабочих, служащих:

учебная дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» относится к общеобразовательному циклу.

1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Цель: освоение теоретических и практических знаний, приобретение умений применять эти знания в профессиональной деятельности; формирование необходимых компетенций.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- анализировать влияние современного человека на окружающую среду, оценивать примеры зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделировать ситуации по сохранению биосферы и её защите;
- определять основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни;
- усвоить факторы, влияющие на здоровье, выявить факторы, разрушающие здоровье, планировать режим дня, выявить условия обеспечения рационального питания, объяснять случаи из собственной жизни и свои наблюдения по планированию режима труда и отдыха;
- анализировать влияние двигательной активности на здоровье человека, определять основные формы закаливания, их влияние на здоровье человека, обосновывать последствия влияния алкоголя на здоровье человека и социальные последствия употребления алкоголя;
- анализировать влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека;
- моделировать социальные последствия пристрастия к наркотикам;
- моделировать ситуации по организации безопасности дорожного движения;
- характеризовать факторы, влияющие на репродуктивное здоровье человека;
- моделировать ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья;
- выявлять потенциально опасные ситуации для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС;
- моделировать поведение населения при угрозе и возникновении ЧС;
- осваивать модели поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоёмах, характеризовать основные функции системы по

предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснять основные правила эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценивать правильность выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС;

- раскрывать возможности современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени, характеризовать правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника;

- определять меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий;

- характеризовать предназначение и основные функции полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности;

- анализировать основные этапы проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определять организационную структуру, виды и рода Вооруженных Сил Российской Федерации; формулировать общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих;

- характеризовать распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части, сопоставлять порядок и условия прохождения военной службы по призыву и по контракту;

- анализировать условия прохождения альтернативной гражданской службы;

- анализировать качества личности военнослужащего как защитника Отечества:

- характеризовать требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеризовать понятия «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоить основы строевой подготовки;

- формулировать боевые традиции Вооруженных Сил России, объяснять основные понятия о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести;

- характеризовать основные признаки жизни;

- освоить алгоритм идентификации основных видов кровотечений, идентифицировать основные признаки теплового удара;

- определять основные средства планирования семьи;

- формулировать особенности образа жизни и рацион питания беременной женщины.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- основные понятия и теоретические положения основ безопасности жизнедеятельности, применять знания дисциплины для обеспечения своей безопасности;

- основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни;

- общие понятия чрезвычайных ситуаций, классифицировать чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера по основным признакам, характеризовать особенности ЧС различного происхождения;
- основные понятия военной и национальной безопасности, освоить функции и основные задачи современных Вооруженных Сил Российской Федерации, характеризовать основные этапы создания Вооруженных Сил России;
- основные понятия о состояниях, при которых оказывается первая помощь, моделировать ситуации по оказанию первой помощи при несчастных случаях.

В результате освоения дисциплины обучающийся осваивает элементы общих компетенций:

ОК 06 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе общечеловеческих ценностей.

ОК 07 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержание необходимого уровня физической подготовленности.

В связи с тем, что в группе обучающихся в 2019-20 учебном году нет обучающихся, подлежащих призыву в Вооруженные силы России, раздел «Основы обороны государства и воинская обязанность» сокращен до 4 часов, раздел «Основы медицинских знаний» изучается лицами обоего пола в полном объеме.

2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины и виды внеучебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	102
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	68
в том числе:	
лабораторные работы	-
практические занятия	6
контрольные работы	-
Примерная тематика домашних заданий	
в том числе:	
проработка конспектов лекций, литературных источников оформление отчета по практической работе поиск информации в Интернет- ресурсах по теме задания выполнение рефератов по теме задания подготовка сообщения с помощью СМИ по темам курса подготовка к тестированию составление отчета по теме с использованием ИКТ по темам «Наркомания», «Эвакуация населения», «Защитные сооружения», «Терроризм», «Виды терроризма», «ЗОЖ и его составляющие» Итоговая аттестация в форме <i>дифференцированного зачета</i>	

2.2 Тематический план (очная форма обучения)

Наименование тем и разделов	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Осваиваемые элементы компетенций	Уровень освоения
Раздел 1. Основные понятия безопасности и системы жизнеобеспечения в Российской Федерации		4		
Тема 1.1. Теоретические основы предметной области знаний «Безопасность жизнедеятельности»	<ul style="list-style-type: none"> Общие особенности предметной области знаний «Безопасность жизнедеятельности» Основные понятия предметной области знаний «Безопасность жизнедеятельности» Системы безопасности жизнедеятельности 	1		
Тема 1.2. Нормативно-правовое регулирование и органы обеспечения безопасности в Российской Федерации	<ul style="list-style-type: none"> Нормативные документы и правовые акты Федеральные и региональные программы обеспечения безопасности жизнедеятельности Система обеспечения безопасности в Российской Федерации Международные организации, обеспечивающие безопасность 	1		
Тема 1.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	<ul style="list-style-type: none"> Основные задачи Единой государственной системы предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях Организационная структура Единой государственной системы предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях. Органы управления Единой государственной системы предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях Силы и средства Единой государственной системы предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях Информационное обеспечение и режимы функционирования Единой государственной системы предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях 	1		
Тема 1.4. Социальные и психологические основы безопасности	<ul style="list-style-type: none"> Структура безопасности личности Социальная безопасность личности Психологические основы безопасности личности Травматический стресс — симптомы, особенности протекания, первая помощь. Психологическая помощь в чрезвычайных ситуациях 	1		
Раздел 2. Чрезвычайные ситуации и защита от них		4		
Тема 2.1. Чрезвычайные ситуации природного	<ul style="list-style-type: none"> Общие понятия, классификации Геофизические опасные явления (эндогенные стихийные бедствия) 	1		

характера и защита от них	<ul style="list-style-type: none"> ○ Землетрясения ○ Извержения вулканов · Геологические опасные явления (экзогенные геологические явления) <ul style="list-style-type: none"> ○ Снежные лавины ○ Оползни ○ Обвалы ○ Сели · Гидрологические опасные явления · Природные пожары · Метеорологические и агрометеорологические опасные явления · Циклоны, ураганы, шквальные бури, смерчи (торнадо) · Экстремальные осадки и температуры воздуха 			
Тема 2.2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита от них	<ul style="list-style-type: none"> · Общие понятия, классификация · Транспортные аварии и катастрофы · Пожары и взрывы · Аварии с выбросом (угрозой выброса) и распространением облака аварийно химически опасных веществ · Аварии с выбросом (угрозой выброса) радиоактивных веществ · Обрушение зданий и сооружений · Гидродинамические аварии · Действия населения при угрозе и возникновении опасных чрезвычайных ситуаций техногенного характера 	1		
Тема 2.3. Чрезвычайные ситуации социального характера и защита от них	<ul style="list-style-type: none"> · Социальная безопасность · Классификация чрезвычайных ситуаций социального характера по различным признакам · Виды чрезвычайных ситуаций социального характера <ul style="list-style-type: none"> ○ Терроризм ○ Экстремизм ○ Локальные войны и региональные вооруженные конфликты ○ Массовые беспорядки ○ Алкоголизм и наркомания как социально опасные явления ○ Криминальные опасности и угрозы ○ Социально-экономические проблемы 	2		
Раздел 3. Новые вызовы современности: экологическая и информационная безопасность		4		
Тема 3.1. Экологическая безопасность	<ul style="list-style-type: none"> · Основные термины и классификации · Составляющие компоненты экологической безопасности · Экологические проблемы человечества · Правовые основы экологической безопасности <ul style="list-style-type: none"> ○ Основные понятия экологического права 	2		

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Ответственность за экологические правонарушения ○ Правовая защита природных ресурсов ○ Государственные органы охраны природной среды. ○ Правовая защита биосферы <ul style="list-style-type: none"> · Экологический мониторинг 			
Тема 3.2. Информационная безопасность	<ul style="list-style-type: none"> · Информация · Информационная безопасность · Информационные опасности и угрозы · Источники угроз в сфере информационной безопасности · Обеспечение информационной безопасности в Российской Федерации · Информационные войны · Информационный терроризм · Информационные перегрузки · Информационная зависимость 	2		
Раздел 4. Гражданская оборона		2		
Тема 4.1. Гражданская оборона в РФ	<ul style="list-style-type: none"> · Гражданская оборона в современных условиях · Использование средств индивидуальной защиты · Защитные сооружения гражданской обороны · Приборы радиационной и химической разведки, дозиметрический контроль 			
Раздел 5. Здоровый образ жизни как основа безопасности жизнедеятельности		2		
Тема 5.1. Здоровый образ жизни	<ul style="list-style-type: none"> · Понятие о здоровье, общее состояние здоровья · Здоровье человека и окружающая среда. Социально-гигиенический мониторинг · Здоровый образ жизни как модель поведения и как первичная профилактика социальных отклонений · Движение — физиологическая потребность организма · Питание — источник жизни и здоровья · Профилактика девиантного поведения · Формирование ценностных установок и мотивации поведения 			
Раздел 6. Основы обороны государства и воинская обязанность		48		
Тема 6.1. История создания Вооруженных Сил России. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе.	4		

	<p>Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.</p> <p>Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-Воздушные Силы: история создания, предназначение, структура. Военно-Морской Флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Космические войска: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска. Министерства внутренних дел Российской Федерации. Железнодорожные войска Российской Федерации. Войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение.</p>			
Тема 6.2. Воинская обязанность	<p>Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.</p> <p>Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.</p>	2		
Тема 6.3. Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту	<p>Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.</p> <p>Прохождение военной службы по контракту. Основные условия</p>	2		

	<p>прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту</p> <p>Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы</p>			
Тема 6.4. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества	<p>Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества.</p> <p>Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.</p> <p>Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск.</p> <p>Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника.</p> <p>Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.</p>	4		
Тема 6.5. Воинская дисциплина и ответственность.	<p>Единоначалие – принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих.</p> <p>Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.</p> <p>Как стать офицером Российской армии. Основные виды военных</p>	4		

	<p>образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования.</p> <p>Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.</p>			
Тема 6.6. Боевые традиции Вооруженных Сил России	<p>Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Дни воинской славы России – дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота</p>	16		
Тема 6.7. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	<p>Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести. Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.</p>	16		
Раздел 7. Основы медицинских знаний		48		
Тема 7.1. Понятие первой помощи	<p>Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Структура и объем первой помощи. Порядок вызова скорой медицинской помощи. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации»</p>	2		
Тема 7.2. Первая помощь при травмах	<p>Понятие и виды травм. Правила первой помощи при травмах. Основы десмургии: правила наложения повязок различных типов при травмах. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при травмах грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга.</p> <p>Первая помощь при травматическом шоке.</p> <p>Правила иммобилизации при переломах костей. Первая помощь при закрытых</p>	4		

	переломах. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.			
Тема 7.3. Первая помощь при наружных кровотечениях	Первая помощь при наружных кровотечениях. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Дисмургия (правила наложения повязок при кровотечениях). Правила наложения жгута, закрутки. Первая помощь при артериальном кровотечении. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение.	2		
Тема 7.4. Первая помощь при внутренних кровотечениях	Основные признаки внутреннего кровотечения. Оказание первой помощи при внутреннем кровотечении.	2		
Тема 7.5. Первая помощь при ожогах	Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при химических ожогах. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Первая помощь при воздействии высоких температур. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. Оказание первой помощи при перегревах и термических ожогах.	2		
Тема 7.6. Первая помощь при воздействии низких температур	Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений. Первая помощь при обморожениях и переохлаждениях.	2		
Тема 7.7. Первая помощь при терминальных состояниях	Этиология и патогенез терминальных состояний. Классификация видов терминальных состояний. Признаки обморока. Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Рекомендуемый порядок действий при терминальных состояниях. Этапы оказания первой помощи. Правила проведения искусственной вентиляции легких (ИВЛ). Правила проведения непрямого массажа сердца (НМС). Основные ошибки при выполнении ИВЛ и НМС. Предупреждение рецидива. Контроль за эффективностью сердечно-лёгочной реанимации.	6		
Тема 7.8. Первая помощь при утоплении	Этиология и патогенез утопления. Рекомендуемый порядок действий при спасении утопающего. Рекомендуемые действия и их порядок при оказании	2		

	первой помощи человеку при истинном утоплении.			
Тема 7.9. Первая помощь при электротравме	Понятие и причины электротравмы. Классификация поражения организма электрическим током. Порядок действий при оказании помощи пострадавшему от электрического тока с соблюдением правил безопасности. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.	4		
Тема 7.10. Первая помощь при отравлениях.	Понятие отравления и виды отравлений. Острое и хроническое отравление. Порядок действий при различных видах отравлений. Отравление аварийно химически опасными веществами. Первая помощь пораженным АХОВ. Мероприятия в зоне поражения АХОВ.	4		
Тема 7.11. Первая помощь при инфекционных болезнях	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Первая помощь при обнаружении острой инфекционной болезни. Инфекции, передаваемые половым путем и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья	4		
Тема 7.12. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.	Признаки попадания инородных тел в верхние дыхательные пути. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные ошибки при оказании первой помощи.	2		
Тема 7.13. Первая помощь в условиях применения оружия массового поражения	Оружие массового поражения. Медицинские средства индивидуальной защиты. Индивидуальные аптечки. Индивидуальный противохимический пакет ИПП-11. Пакет перевязочный медицинский ППМ. Санитарная обработка. Правила частичной санитарной обработки.	4		
Тема 7.14. Способы транспортировки пострадавших	Виды транспортировки пострадавших. Помощь один-один. Передвижение с поддержкой. Виды переноски на руках. Переноска на спине. Переноска пострадавшего двумя или несколькими помогающими. Переноска пострадавшего в положении «сидя». Виды переноски пострадавшего в положении «лёжа» в зависимости от повреждения.	8		
Раздел 8. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка		2		
Тема 8.1. Здоровье родителей и будущего ребенка	Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Роль мужчины и женщины в здоровой семье. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.			

	Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.			
Итоговый контроль		2		
	ИТОГО Максимальной нагрузки обучающегося	102		
	Обязательной аудиторной нагрузки	68		
	Самостоятельной работы обучающегося	34		

3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета:

Безопасность жизнедеятельности.

Технические средства обучения: слайд-проектор, компьютер, проекционный экран, музыкальные колонки.

Оборудование кабинета и рабочих мест кабинета:

1. Ученические столы;
2. Стулья ученические;
3. Классная доска;
4. Стол для компьютера.

Помещение оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки учащихся.

В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности», входят:

Слайд-альбомы:

- $\frac{3}{4}$ Вредные привычки и их влияние на организм человека
- $\frac{3}{4}$ Патриотизм, верность воинскому долгу
- $\frac{3}{4}$ Средства индивидуальной защиты
- $\frac{3}{4}$ ГО
- $\frac{3}{4}$ Современные войны и новые виды вооружений
- $\frac{3}{4}$ Ядерное оружие
- $\frac{3}{4}$ Ураганы, бури, смерчи
- $\frac{3}{4}$ Аварии. Катастрофы. ЧС техногенного характера
- $\frac{3}{4}$ Средства оказания первой мед.помощи
- $\frac{3}{4}$ Здоровье человека
- $\frac{3}{4}$ Землетрясения – вторая опасность глобального масштаба
- $\frac{3}{4}$ «Факторы, разрушающие здоровье: наркотики»
- $\frac{3}{4}$ «Защита населения от оружия массового поражения»
- $\frac{3}{4}$ «Факторы, разрушающие здоровье: Алкоголизм, важнейшая проблема современного общества»
- $\frac{3}{4}$ «Противодействия терроризму»
- $\frac{3}{4}$ «Оказание первой помощи при отравлении АХОВ»
- $\frac{3}{4}$ «Факторы, способствующие укреплению здоровья»

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности: Учебник и практикум для СПО / В.П. Соломин – М: Юрайт, 2019.- 400с.;
2. Белов С.В. Безопасность жизнедеятельности : Учебник / С.В Белов. - М. : Высшая школа, 2003. - 343с.

Дополнительные источники:

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для нач. и сред.проф. образования. – М.: 2014.
2. Смирнов А.Т., Электронный учебник, «ОБЖ» [Электронный ресурс] / depositphotos– режим доступа
<https://docs.google.com/file/d/0B7Ce4p7ik67PYXA2b1lzclpNS2s/edit> , свободный (Дата обращения: 14.02.2017 г.)
3. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] / Электронные данные.–Режим доступа: <http://obz112.ru> свободный (Дата обращения: (01.02.2017 г.)
4. Журнал «Безопасность жизнедеятельности» [Электронный ресурс] / Электронные данные. Режим доступа: <http://novtex.ru/bjd/> свободный (Дата обращения: (04.02.2017 г.)

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения комбинированных занятий, тестирования, проверки выполнения индивидуальных и творческих заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен:</p> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; применять первичные средства пожаротушения;ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;оказывать первую помощь пострадавшим; <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none">принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;основы военной службы и обороны государства;задачи и основные мероприятия гражданской обороны;способы защиты населения от оружия массового поражения;меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.	<p>проверка составленной логической схемы-конспекта, сложного плана;</p> <p>исторические и терминологические диктанты;</p> <p>фронтальный опрос по теме;</p> <p>оценка монологического ответа;</p> <p>проверка творческих заданий и работ (презентаций и др.);</p> <p>оценка участия в обсуждении видеосюжетов/статей и др.</p> <p>оценка выступления на семинаре, подготовка к семинару, работа на семинаре.</p>

Контроль по темам

Тема 1. 1.

Теоретические основы предметной области знаний «Безопасность жизнедеятельности»

После изучения данной темы студент должен:

знать

- общие понятия, определения безопасности жизнедеятельности;
- основные содержательные линии учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»;
- основные задачи, определяющие предметную область знаний «Безопасность

жизнедеятельности»;

- основные классификации безопасности жизнедеятельности (классификацию опасностей, классификацию чрезвычайных ситуаций (ЧС) по видам, масштабам распространения, скорости распространения и пр.);

уметь

- использовать теоретические знания для определения рисков, опасностей, угроз безопасности жизнедеятельности;

- системно анализировать и характеризовать происхождение основных опасностей и угроз (по типу происхождения ЧС);

- классифицировать опасности по видам (классам);

владеть

- основной терминологией об опасностях и угрозах;

- методами защиты от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий;

- мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности;

- структурой безопасности жизнедеятельности.

Основные понятия: безопасность, предметная область «Безопасность жизнедеятельности», опасность, жизнь, деятельность, жизнедеятельность, классификация опасностей, угроза, научная область знаний, основные направления безопасности жизнедеятельности, чрезвычайная ситуация, фактор опасности, негативный фактор, фактор среды обитания, авария, вызовы.

Контрольные вопросы и задания

1 Что такое безопасность?

2 Что такое чрезвычайная ситуация? Перечислите основные виды чрезвычайных ситуаций.

3 Дайте определения понятий «опасность» и «угроза». Каковы отличительные особенности этих понятий?

4 Охарактеризуйте классификацию ЧС по масштабам распространения.

5 Представьте классификацию опасностей по признакам.

6 Приведите примеры кратковременных и долговременных чрезвычайных ситуаций, используя реальные исторические примеры.

7 Какова основная цель предметной области знаний «Безопасность жизнедеятельности»?

8 Обозначьте основные направления исследований в предметной области «Безопасность жизнедеятельности».

9 Дайте подробное обоснование термину «жизнедеятельность». Охарактеризуйте понятия «жизнь», «деятельность».

Ситуационные задачи

1 Составьте терминологический словарь по теме. Внесите в словарь от 25 до 30 ключевых терминов. Для характеристики терминов используйте только официальные документы, нормативно-правовые документы и ГОСТы, рекомендуемые нормативной базой.

2 Приведите по пять примеров реально произошедших ЧС к каждому виду ЧС (природного, техногенного и социального происхождения). При этом по два примера по каждой ЧС должны приходиться на территорию РФ, а еще по три события — к произошедшим на международной арене.

3 Определите поражающие факторы следующих чрезвычайных ситуаций:

- дорожно-транспортное происшествие на трассе, два человека погибли, оба транспортных средства не подлежат восстановлению;
 - дорожно-транспортная авария в городских условиях с участием двух легковых автомобилей и бензовоза. Никто не погиб. Водитель одного из автомобилей получил черепно-мозговую травму. Бензовоз пролил шесть тонн бензина на проезжую часть. Рядом находятся детская поликлиника и травматологический пункт, а также жилые дома;
 - в период весенних паводков и таяния снегов затопило три крупных населенных пункта, при этом нет погибших, но нарушены условия жизнедеятельности более 3000 граждан;
 - в одном из горных регионов России сошла лавина. В результате лавины никто не пострадал, но завалена дорога, которая была единственной артерией для поставки продуктов питания в 20 небольших населенных пунктов общей численностью населения 1800 человек;
 - на крупной АЭС в результате выхода из строя одного из атомных реакторов произошла утечка радиации. Сотрудники АЭС и жители близлежащего населенного пункта были эвакуированы в течение трех часов
 - при аварии на одном из крупных химических предприятий России вблизи крупного города произошла утечка аварийно химически опасных веществ (АХОВ). Заражена значительная территория региона.
- 4 Приведите примеры реальных ЧС (произошедших в этом году в мире) согласно классификации масштабов распространения ЧС (ЧС местного, локального, регионального, федерального и глобального характера)

Тема 1.2. Нормативно-правовое регулирование и органы обеспечения безопасности в Российской Федерации

После изучения данной темы студент должен:

знать

- основные нормативные правовые акты, регулирующие сферу безопасности жизнедеятельности на территории РФ;
- основные положения и статьи Конституции РФ, Стратегии национальной безопасности РФ до 2020 года в области безопасности жизнедеятельности;
- систему обеспечения безопасности в Российской Федерации, структуры, отвечающие за ее реализацию;
- общие положения основных федеральных законов в области обеспечения безопасности граждан, территорий и государств;
- основные государственные структуры, обеспечивающие безопасность населения и порядок обращения к ним в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

уметь

- соблюдать основные правила безопасного поведения (на улице, в местах массового скопления людей, при возникновении криминогенных, террористических опасностей и угроз), предусмотренные действующим законодательством РФ в области безопасности;
- соблюдать меры безопасности в различных ситуациях;

владеть

- алгоритмом безопасного поведения в случае возникновения ЧС;
- правилами личной безопасности, регулируемые существующим законодательством РФ в области безопасности жизнедеятельности;
- общими положениями основных федеральных законов в области обеспечения безопасности граждан, территорий и государств.

Основные понятия: федеральный закон, Конституция РФ, правовой акт, подзаконные акты, безопасность, безопасность жизнедеятельности, правовая система, законодательство в области БЖД, правовое обеспечение безопасности, пожарная безопасность, дорожно-транспортная безопасность, безопасность человека, общества и государства, международная безопасность.

Контрольные вопросы и задания

1.1 Назовите основные нормативные правовые акты, регулирующие сферу безопасности жизнедеятельности на территории РФ.

2. Назовите статьи Конституции РФ, прямо указывающие на сферу обеспечения безопасности жизнедеятельности.

3. Какие министерства РФ осуществляют деятельность, имеющую отношение к безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства?

4. Определите сущность и содержание основных положений Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года.

5. Обоснуйте основные положения Закона о безопасности.

6. Назовите основные права и обязанности граждан Российской Федерации, определенных Федеральным законом «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера» в области защиты населения и территорий от ЧС.

7. Каковы основные цели и задачи федеральных и региональных программ в области обеспечения безопасности жизнедеятельности?

8. Назовите основные функции и задачи деятельности Национального антитеррористического комитета.

Ситуационные задачи

1. В подъезде своего дома вы обнаружили подозрительный предмет и решили сообщить об этом в соответствующие инстанции. Куда и в каком порядке необходимо обратиться? Какую информацию необходимо предоставить сотрудникам правоохранительных органов? Каков алгоритм поведения в данной ситуации?

2. Вы направляетесь в общественное, многолюдное место (стадион). На чем основываются ваши действия по соблюдению мер личной безопасности в общественном месте и толпе?

3. Вам предстоит подготовить урок по правовым основам БЖД для старшеклассников. Вы отобрали необходимый материал и основную нормативно-правовую базу. Информацию о каких законах РФ вы включите в данный урок? Каким образом опишите их сущность и содержание?

4. Вы находитесь в месте большого скопления людей (метрополитен), ситуация усложняется, когда один из пассажиров громко кричит: «Пожар! Выбегаем!» Определите порядок действий в подобной ситуации. Какими нормативно-правовыми документами регламентируются действия в подобной ситуации?

5. Во время прогулки по городу на вас напали. В момент нападения вы получили не сильный, но ощутимый удар, в результате которого упали на землю. Нападавший выхватил сумку и убежал. Определите порядок своих дальнейших действий.

Тема 1.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций

После изучения данной темы студент должен:

знать:

- общие понятия, определения, сущность и содержание Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;
- основные нормативно-правовые акты, регулирующие сферу безопасности жизнедеятельности на территории РФ;
- систему организации гражданской обороны, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих в мирное и военное время;
- основные государственные структуры, обеспечивающие безопасность населения и порядок обращения к ним в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

уметь

- определить последовательность действий в различных чрезвычайных ситуациях;
- соблюдать последовательность эвакуационных действий;
- соблюдать основные правила безопасного поведения (на улице, в местах массового скопления людей, при возникновении криминогенных, террористических опасностей и угроз; при возникновении природных и техногенных ЧС);

владеть

- алгоритмом оказания помощи пострадавшим в ЧС мирного и военного времени;
- правилами безопасного поведения в различных опасных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

- правилами личной безопасности в мегаполисе.

Контрольные вопросы

1. Определите основные исторические моменты становления РСЧС.
2. Какими правоустанавливающими документами (законами, актами и др.) регулируется сфера деятельности РСЧС в Российской Федерации?
3. Каковы основные задачи Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций?
4. Дайте подробную характеристику структуры РСЧС.
5. Какие комиссии являются координационными органами РСЧС на федеральном, региональном, муниципальном и объектовом уровнях?
6. Назовите постоянно действующие органы управления РСЧС на федеральном, межрегиональном, региональном, муниципальном и объектовом уровнях.
7. Какие службы, организации и формирования относятся к силам и средствам РСЧС?
8. В каких городах России расположены региональные центры по делам ГО, ЧС и ликвидации последствий стихийных бедствий?
9. Каким единым номером вызова экстренных оперативных служб необходимо пользоваться для сообщения о чрезвычайных ситуациях?
10. Назовите основные мероприятия, проводимые органами управления и силами РСЧС: а) в повседневной деятельности; б) в режиме повышенной готовности; в) в режиме чрезвычайной ситуации.

Ситуационные задачи

1. В 100 км от места вашего постоянного места жительства произошла авария на атомной электростанции (АЭС). Возникла угроза радиоактивного заражения людей и местности. Определите порядок ваших действий.
2. В районе вашего проживания произошла авария на химически опасном объекте с выбросом в атмосферу аварийно химически опасного вещества (хлора). Определите порядок ваших действий.
3. По системе оповещения РСЧС был получен сигнал об опасности наводнения в вашем городе. Из сообщения понятно, что ваш дом попадет в зону затопления. Определите порядок действий в сложившейся ситуации.
4. Во время отдыха на природе вы с друзьями решили искупаться в незнакомом водоеме. Каковы будут ваши действия по разъяснению друзьям и выполнению правил обеспечения личной безопасности во время купания?
5. По системе оповещения РСЧС получен сигнал об эвакуации из микрорайона вашего места нахождения, но вы не «уловили» причин и сути происходящих чрезвычайных событий. Определите порядок действий в данной ситуации.

Основные понятия: безопасность, система безопасности РФ, РСЧС, ЧС, предупреждение ЧС, ликвидация ЧС, федеральный закон, структура РСЧС, управление РСЧС, режим повседневной деятельности РСЧС, режим повышенной готовности РСЧС, координационные органы РСЧС, силы и средства РСЧС.

Тема 1.4. Социальные и психологические основы безопасности

После изучения данной темы студент должен:

знать

- общие понятия и терминологию главы «Социальные и психологические основы безопасности»;
- структуру формирования субъективного представления о личной безопасности;
- характеристику и особенности проявления травматического стресса;
- особенности оказания психологической помощи пострадавшим в результате воздействия чрезвычайной ситуации;

уметь

- выделять приоритетные факторы, формирующие субъективное представление личности о безопасности;

- определять наличие симптомов переживания травматического стресса;
- выделять лиц группы риска из всех пострадавших в результате чрезвычайной ситуации для оказания им психологической поддержки;
владеть
- алгоритмом безопасного поведения при угрозе и в случае возникновения чрезвычайной ситуации;
- диагностическим инструментарием для определения психического состояния лиц, находящихся в зоне действия чрезвычайной ситуации;
- правилами оказания психологической помощи и поддержки лицам, находящимся в зоне действия чрезвычайной ситуации.

Контрольные вопросы

1. Дайте характеристику структуре безопасности личности.
2. Дайте определения понятий «социальная защита населения», «социальные гарантии».
3. Перечислите основные направления социальной поддержки населения, пострадавшего от чрезвычайной ситуации.
4. Дайте характеристику психологическим качествам личности, оказывающим влияние на поведения человека в чрезвычайной ситуации.
5. Какие типы реагирования человека в ситуации стресса вы можете назвать?
6. Какие стадии формирования стресса вы знаете?
7. Приведите примеры основных ресурсов личности, способствующих сохранению самообладания в стрессовой ситуации.
8. Дайте характеристику макрострессорам.
9. Приведите пример физического фактора среды, который может усугублять патологические реакции пострадавших в чрезвычайной ситуации.
10. Дайте определение понятию «копинг», приведите примеры.
11. Какими компонентами определяется копинг?
12. Охарактеризуйте понятие «копинг-ресурсы», приведите примеры.
13. Дайте характеристику универсальным проблемам адаптации, формирующим развитие травматического стресса.
14. Опишите алгоритм формирования механизма адаптации к стрессовой ситуации.
15. Дайте определение понятию «травматический стресс».
16. Перечислите симптомы, указывающие на развитие у индивида травматического стресса.

Ситуационные задачи

1. Вы стали случайным свидетелем дорожно-транспортного происшествия, в результате которого никто физически не пострадал. Убедившись в этом, вы обратили внимание на женщину, находящуюся за рулем одного из автомобилей. Внешние симптомы указывают на то, что она находится в состоянии ступора и не реагирует на предложение покинуть автомобиль. Определите порядок ваших действий.
2. Находясь в зоне действия чрезвычайной ситуации, вы наблюдаете пострадавшего, поведение которого представляется скованным, наличествуют мимическая маска, пассивность, безучастность. Определите порядок ваших действий до прибытия медицинских работников и психолога.
3. В вашем прошлом опыте есть случаи, когда вы попадали в конфликтные, кризисные ситуации. Как этот опыт может повлиять на ваше поведения в случае возникновения нестандартных ситуаций в настоящем?
4. В результате обрушения козырька здания пострадали несколько человек, с вами ничего не случилось. Вы незамедлительно сообщили об этом в службу спасения по телефону 112. До приезда спасателей и скорой помощи всем рекомендовано оставаться на местах, но один из молодых мужчин, с серьезной открытой травмой руки начинает «метаться» с места на место и рассуждать о важных делах, которые невозможно отложить. Вы понимаете, что молодой человек находится в состоянии «возбужденного движения» и что, покинув место происшествия, он может только усугубить травму. Определите порядок ваших действий.
5. Подросток обращается к вам спустя четыре месяца после возникновения кризисной ситуации с симптомами головных болей, бессонницы и постоянного возвращения к пережитому опыту, наличию панических состояний. Определите порядок ваших действий.

6. В зоне действия чрезвычайной ситуации вы наблюдаете пострадавшего, демонстрирующего следующее поведение: резкие и бессмысленные движения, повышенная речевая активность, отсутствие реакции на окружающих. Определите порядок ваших действий.

7. Сразу после инцидента вы наблюдаете у одного из участников чрезвычайной ситуации сильное дрожание всего тела, особенно рук. Определите порядок ваших действий.

Раздел 2. Чрезвычайные ситуации и защита от них

Тема 2.1. Чрезвычайные ситуации природного характера и защита от них

Контрольные вопросы

1. Дайте определение понятиям: «чрезвычайная ситуация природного характера», «стихийное бедствие», «опасное природное явление», «природная катастрофа».

2. Назовите классификацию чрезвычайных ситуаций природного характера по видам. Приведите примеры каждого вида ЧСПХ, произошедших за последние 10 лет.

3. Назовите наиболее распространенные чрезвычайные ситуации природного характера.

4. На какие группы подразделяются чрезвычайные ситуации природного характера?

5. Что такое «землетрясение», «эпицентр», «сейсмическая энергия», «магнитуда»?

6. Охарактеризуйте шкалу сейсмической интенсивности М5К-64. Какие еще шкалы сейсмической активности вам известны? Кем они были приняты и где используются в современной практике?

7. Назовите правила поведения граждан при угрозе возникновения землетрясений.

8. Каких правил поведения должен придерживаться человек, оказавшийся в зоне землетрясения: а) в здании; б) на городской улице?

9. Что такое извержение вулкана? Для каких регионов страны (а также стран мира) характерно данное природное явление?

10. Каких правил личной безопасности необходимо придерживаться человеку, оказавшемуся в зоне извержения вулкана?

11. Что такое геологические опасные процессы? Какие процессы относятся к склоновым? Каковы основные причины движения земных масс?

12. Какими основными правилами поведения должен руководствоваться человек при угрозе возникновения и возникновении лавины?

13. Каковы основные меры защиты населения при оползнях, обвалах, селях?

14. Назовите основные опасные природные явления, относящиеся к гидрологическим опасным явлениям.

15. Что такое наводнения? Приведите примеры, связанные с некогда происходящими реальными событиями.

16. Каноны основные виды лесных пожаров? Охарактеризуйте каждый из них.

17. Назовите основные правила поведения человека при угрозе возникновения пожара в лесу.

18. Что такое шкала оценки лесных пожаров, охарактеризуйте пожары по степени опасности их возникновения.

19. Что такое шкала Бофорта? Для определения интенсивности и силы какого природного явления она разработана? Охарактеризуйте ее по баллам, с учетом признаков на суше и на воде.

20. Какие правила личной безопасности необходимо соблюдать человеку при угрозе возникновения и при возникновении урагана, смерча (торнадо)?

21. Дайте определения понятиям «затоп», «зажор». В чем принципиальные сходства и различия этих опасных природных явлений?

22. Что такое засуха? Какие основные правила личной безопасности необходимо соблюдать человеку, проживающему в засушливом районе?

16. Назовите основные поражающие факторы и неблагоприятные последствия чрезвычайных ситуаций природного характера.

Ситуационные задачи

1. Во время прогулки вы внезапно ощутили колебание земной поверхности, обратили внимание на то, что немного раскачиваются дорожные знаки и висят вывески. С одного из балконов на асфальт упал горшок с землей и цветком. Определите порядок ваших действий.

2. Вы проводите урок в школе. По системе оповещения РСЧС был получен сигнал о возможном землетрясении интенсивностью 3-4 балла. Определите порядок ваших действий.

3. По системе оповещения РСЧС получен сигнал об извержении вулкана в 2 км от места вашего пребывания. Ваши действия.

4. Во время отдыха на природе вы решили оборудовать палаточный лагерь для ночлега. Ваши друзья

выбрали место на краю обрыва, который на первый взгляд кажется достаточно прочным, однако при нагрузке на него более двух человек одновременно ощущается заметное движение. Определите порядок ваших действий.

5. Прогуливаясь по склону заснеженной горной местности, вы увидели, как сверху оторвался пласт снега, который начинает двигаться вниз по склону с высокой скоростью, образуя лавину. Определите порядок ваших действий при условии, что вы находитесь: а) в центре горы; б) у подножья горы; в) сбоку горы (со стороны наблюдая происходящее).

6. Во время летнего отдыха вы поселились в домике (гостинице, отеле) у подножья горы. Утром начался ливневый дождь, интенсивность которого не снизилась в вечеру. Вы заметили, что с горы спускаются достаточно сильные потоки воды и грязи. Определите порядок ваших действий в сложившейся ситуации.

7. Поступило сообщение об опасности наводнения в вашем городе. Ваш дом попадает в зону объявленного затопления. Определите порядок ваших действий при угрозе и во время наводнения.

8. Вы отдыхаете на берегу океана. Прогуливаясь утром по берегу, вы обратили внимание на сильный и достаточно быстрый отлив (вода ушла от берега на 100 м). Определите порядок действия человека в данной ситуации.

9. Во время прогулки по лесу в пожароопасный период (сухая погода и ветер) вы уловили запах дыма и определили, что находитесь в зоне лесного пожара. Определите порядок ваших действий.

10. Прогуливаясь по лесной местности, вы почувствовали запах гари и обратили внимание на то, что по земле (траве) «стелется» дымка, указывающая на возможный торфяной (подземный) пожар. Определите алгоритм поведения человека, попавшего в подобную опасную природную ситуацию.

11. По системе оповещения РСЧС получен сигнал о приближении урагана. Определите порядок ваших действий при угрозе и во время урагана.

12. Во время поездки по равнинной местности вы увидели, что с неба на землю опускается воронка быстро вращающегося воздуха, а вместе с ней - песок, пыль и другие взвеси. Определите порядок действия человека при внезапно возникшей угрозе смерча.

13. Поступило сообщение об опасности угрозы гололеда. Какими правилами личной безопасности вы будете руководствоваться?

14. В один из зимних дней начался снегопад, который продолжился в течение двух суток. В СМИ поступило сообщение, что циклон будет продолжаться еще два, а возможно и более дней. Определите порядок ваших действий.

15. По системе оповещения РСЧС поступило сообщение о засухе, которая по мнению синоптиков и экспертов будет продолжаться около трех недель. Вы находитесь в городских условиях. Определите порядок ваших действий.

Тема 2.2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита от них

После изучения данной темы студент должен:

знать

- общие понятия, определения и терминологию главы «Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита от них»;
- наиболее характерные для современного мира (и нашего региона) чрезвычайные ситуации техногенного характера, их причины и возможные последствия для населения;
- основные характеристики техногенных опасностей и угроз;
- наименования и характеристику поражающих факторов техногенных чрезвычайных ситуаций;
- основные правила и алгоритмы поведения при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций техногенного характера;

уметь

- соблюдать меры безопасности при угрозе возникновения и возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- классифицировать вид чрезвычайной ситуации техногенного характера, определять основные особенности и закономерности протекания ЧСТХ;
- определять последовательность действий при угрозах возникновения чрезвычайных ситуаций техногенного характера;

владеть

- алгоритмом безопасного поведения при угрозе возникновения чрезвычайной ситуации техногенного характера;
- правилами безопасного поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного

характера;

- общими положениями основных федеральных законов в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

Основные понятия: безопасность, чрезвычайная ситуация техногенного характера, авария, катастрофа, происшествие, транспорт, ДТП, пожар, взрыв, аварийно химически опасное вещество, радиация, радиоактивность, гидродинамическая авария, дамба, плотина, здание, транспортная магистраль, коммунальные системы жизнеобеспечения, электроэнергетический объект.

Контрольные вопросы и задания

1. Что такое авария?
2. Каковы отличительные особенности в понятиях «чрезвычайная ситуация природного характера» и «чрезвычайная ситуация техногенного характера»?
3. Дайте понятие определению «пожар».
4. Назовите причины возникновения техногенных аварий и катастроф.
5. Чем опасны аварии с выбросом и распространением аварийных химически опасных объектов?
6. Какие правила необходимо соблюдать при транспортировке радиоактивных веществ?
7. Приведите примеры наиболее крупных техногенных катастроф XX и XXI вв.
8. Назовите основные причины обрушения зданий и сооружений.
9. Каковы основные правила поведения человека в завалах?
10. Что необходимо делать человеку, почувствовавшему запах газа?
11. Какие действия необходимо предпринять при прорыве теплотрассы в холодное время года?

Ситуационные задачи

1. Авария на хладокомбинате города, в котором вы проживаете, привела к утечке аммиака. Управление по делам ГО ЧС города передало сообщение об эвакуации населения, проживающего вблизи хладокомбината. Определите порядок ваших действий.

2. В результате аварии на очистном сооружении в городской водопровод попало значительное количество хлора. Возникла угроза массового поражения населения. Определите порядок ваших действий.

3. Из-за взрыва бытового газа обрушилась часть соседнего жилого дома, погибли жильцы, многие были ранены, несколько человек оказались заблокированы в магазине подвального помещения. Ваш дом находится в зоне риска. Определите порядок ваших действий.

4. После продолжительных паводков в регионе вашего проживания возникла угроза прорыва дамбы. Управление МЧС заранее объявило, что в случае прорыва дамбы потоки воды полностью уничтожат постройки населенного пункта, и предлагает заблаговременную эвакуацию. Соседи не намерены покинуть жилище до возникновения серьезной угрозы. Определите порядок ваших действий.

5. Из перечисленных опасных событий выберите те, которые носят техногенный характер:

- а) лесной пожар уничтожил деревянные постройки;
- б) из-за наводнения сошел с рельсов поезд;
- в) землетрясение привело к утечке газа из магистрального газопровода;
- г) ураган разрушил здание;
- ц) утечка пожароопасного вещества на заводе привела к пожару.

6. Во время прогулки вы с приятелем увидели густой дым из окон квартиры на первом этаже - явный признак пожара. Приятель решил спасти людей, которые могли быть там. Он сказал: «Я разобью окно и проникну в квартиру, а ты звони пожарным». Определите порядок ваших действий.

8. На следующий день после радиоактивного заражения местности для эвакуации вам нужно выйти из дома и пройти около 300 м до места посадки в автобус. Определите порядок наших действий.

Тема 2.3. Чрезвычайные ситуации социального характера и защита от них

После изучения данной темы студент должен:

знать

- общие понятия, определения и терминологию главы «Чрезвычайные ситуации социального характера и защит от них»;
- основные нормативно-правовые акты, регулирующие сферу социальной безопасности жизнедеятельности на территории РФ;
- наиболее характерные для современного мира чрезвычайные ситуации социального характера, их причины и возможные последствия для населения;
- основные характеристики социальных опасностей и угроз;
- основные правила и алгоритмы поведения при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций социального характера;

уметь

- соблюдать меры безопасности при угрозе возникновения и возникновении чрезвычайных ситуаций социального характера;
- классифицировать вид чрезвычайной ситуации социального характера, определять основные особенности и закономерности протекания во время нее;
- соблюдать основные правила безопасного поведения в социальной среде;
- определять последовательность действий при угрозах возникновения чрезвычайных ситуаций социального характера;

владеть

- алгоритмом безопасного поведения при угрозе и в случае возникновения ЧС социального характера;
- правилами личной безопасности в толпе, общественных местах и местах скопления большого количества людей;
- правилами безопасного поведения на улице;
- общими положениями основных нормативных правовых актов РФ в области обеспечения социальной безопасности граждан.

Основные понятия: безопасность, (безопасность жизнедеятельности, социальная безопасность, терроризм, экстремизм, локальная война, вооруженный конфликт, массовые беспорядки, наркомания, алкоголизм, аддиктивное поведение, неформальные молодежные формирования).

Контрольные вопросы и задания

1. Дайте определение понятию «социальная безопасность». Ответ обоснуйте.
2. Кто (что) является субъектом и объектом социальной безопасности? Приведите примеры.
3. Назовите классификацию ЧССХ по признакам. Приведите примеры каждого признака.
4. Назовите наиболее распространенные ЧССХ.
5. Что такое терроризм? Каковы основные характеристики современного терроризма?
6. Назовите правила поведения граждан при угрозе возникновения террористических актов.
7. Каких правил поведения должен придерживаться человек, оказавшийся в заложниках?
8. Что такое экстремизм? Каким нормативно-правовым документом регулируется противодействие экстремистской деятельности?
9. Какие действия относятся к экстремистским (на основании Федерального закона «О противодействии экстремистской деятельности»)?
10. Назовите основные молодежные экстремистские группы и неформальные молодежные объединения. Кратко характеризуйте каждую из них.
11. Какие основные правила безопасности необходимо соблюдать мирному гражданину при объявлении угрозы возникновения локальных вооруженных конфликтов в населенном пункте?
12. Назовите основные правила поведения в общественных местах и местах массового скопления людей.
13. Что такое массовые беспорядки? Приведите примеры, связанные с некогда происходящими реальными событиями.
14. Каковы основные характерные особенности массовых беспорядков?
15. Что такое наркомания? Что такое алкоголизм? Какими нормативно-правовыми актами регулируется ограничение употребления алкоголя и запрет употребления наркотических веществ?
16. Приведите примеры негативных социальных процессов, связанных с распространением

массового употребления алкогольных и наркотических веществ.

17. Что такое преступление? Приведите примеры. Какие категории преступлений предусмотрены действующим законодательством РФ?

18. Какие правила необходимо соблюдать человеку для обеспечения личной безопасности в городе, в сельской местности по защите от криминальных опасностей и угроз?

19. Назовите основные правила поведения человека на улице в позднее время суток.

20. Что такое безработица? Назовите виды безработицы. Приведите алгоритм разумного поведения человека, оставшегося внезапно без работы.

Ситуационные задачи

1. Вы отправляетесь на встречу с друзьями и заранее знаете, что будете возвращаться домой в позднее время суток. Какими правилами по обеспечению личной безопасности при поздних перемещениях по городу вы будете руководствоваться?

2. Вас захватили в заложники. Какие правила личной безопасности необходимо соблюдать, чтобы снизить угрозу для вашего здоровья и жизни?

3. По системе оповещения РСЧС получен сигнал о возможных вооруженных вспышках и конфликтах в вашем населенном пункте. Перечислите основные правила поведения при угрозе локальных войн и вооруженных конфликтов.

4. Вы возвращаетесь домой в позднее и темное время суток. На улице практически нет людей. Вы направляетесь к своему дому по освещенной улице, навстречу вам направляется шумная компания подростков. Определите порядок ваших действий.

5. Вы направляетесь на массовое мероприятие (концерт популярной группы на одной из главных площадей города). Определите порядок ваших действий по соблюдению мер личной безопасности в общественном месте и в местах большого скопления людей.

6. Вы находитесь один (-на) дома. Около 20.30 в вашу дверь звонят. Мужчина представляется представителем управляющей компании вашего жилого дома и просит открыть дверь для прояснения некоторых вопросов по предоставлению услуг ЖКХ. Определите порядок ваших действий, если незнакомый человек звонит в дверь. Также предложите меры безопасности при разговоре по телефону с незнакомым человеком.

7. В средствах массовой информации прозвучало сообщение о террористическом акте, произошедшем в районе вашего проживания. Определите порядок ваших действий.

8. В автобусе, которым вы направлялись на личную встречу, вами был обнаружен подозрительный предмет. Предмет расположен под креслом в конце салона. Вы понимаете, что на следующей остановке вы должны выходить. Опишите алгоритм поведения человека в данной ситуации.

9. Вы передвигаетесь по оживленной улице. Внезапно рядом с вами начинается активная драка двух молодых людей, один из которых находится в состоянии алкогольного опьянения. Определите порядок ваших действий.

10. Поднимаясь по лестнице на свой этаж, на одном из пролетов (между вторым и третьим этажом) вы обнаруживаете человека, находящегося в состоянии наркотического опьянения, рядом лежат шприцы и жгут. Определите порядок ваших действий.

11. Вы спускаетесь в метрополитен, заходите в вагон, переполненный фанатами популярной в городе футбольной команды, которая только что проиграла сопернику. Определите порядок ваших действий.

12. Вам предстоит отправиться в длительное путешествие в другой город (страну). Вспомните и назовите основные правила личной безопасности, которые необходимо соблюдать при поездках, командировках, в отпуске.

Раздел 3. Новые вызовы современности: экологическая и информационная безопасность

Тема 3.1. Экологическая безопасность

После изучения данной темы студент должен:

знать

- основные положения концепции экологической безопасности, цель, задачи, содержание;

- классификацию загрязнений окружающей среды;
- глобальные экологические проблемы человечества;
- правовую базу, регулирующую сферу экологической безопасности на территории РФ;
- основные понятия экологического права;
- государственные органы охраны природной среды;
- классификацию и виды экологического мониторинга;
- содержание вопросов экологической безопасности в курсе преподаваемого предмета «Безопасность жизнедеятельности»;
- характеристику глобальных экологических проблем и экологических проблем своего региона, пути предотвращения ущерба и ликвидации последствий экологических чрезвычайных ситуаций;

уметь

- определять причины возникновения угроз экологической безопасности (согласно существующей концепции экологической безопасности);
- классифицировать устойчивость самовосстановления экологических систем;
- характеризовать глобальные экологические проблемы человечества;
- проводить элементарный экологический мониторинг;
- определять основные экологические проблемы (района, города, региона);
- применять знания по экологической безопасности в разработке культурно-просветительских программ для разных категорий населения;

владеть

- специализированной терминологией в области экологической безопасности;
- основными характеристиками и признаками глобальных экологических проблем человечества;
- основами экологического права;
- основами экологического мониторинга;
- навыками составления и оформления научных обзоров, докладов, статей по вопросам экологической безопасности;
- навыками решения ситуационных задач по экологической безопасности.

Основные понятия: экология, экологическая безопасность, концепция экологической безопасности, человек, природа, среда обитания, естественная среда, искусственная среда, экологические факторы, угрозы экологической безопасности, биосфера, экологическая система, загрязнение, экологические проблемы, глобальные проблемы экологии, антропогенные воздействия, экологическая емкость, парниковый эффект, озоновый слой, кислотные осадки, воздушная среда, эрозия почвы, водная система, климат, утилизация отходов, экологическое право, экологическое правонарушение, природные ресурсы, экологический мониторинг.

Контрольные вопросы и задания

1. Дайте определение антропогенному загрязнению.
2. Какие вы знаете типы загрязнений окружающей среды?
3. Каковы источники антропогенных загрязнений?
4. В чем выражается отрицательное воздействие тепловых загрязнений на окружающую среду?
5. Подготовьте сообщение о наиболее опасных загрязнениях вашего района.
6. Какие экологические проблемы можно назвать глобальными? Назовите их.
7. Перечислите основные задачи экологического мониторинга.
8. Сравните воздействия на компоненты окружающей среды атомной, тепловой и гидроэлектростанции. При сравнении учтите виды загрязнений и их воздействие на компоненты окружающей среды.
9. Какие глобальные экологические проблемы наблюдаются в вашем городе? Каковы их причины и последствия?
10. Каковы последствия «парникового эффекта»?
11. Почему разрушается озоновый слой Земли?

12. Что такое деградация почвы?
13. Какие отрицательные последствия вызывают «кислотные дожди»?
14. Подготовьте сообщение (историческую справку) о наиболее известных экологических чрезвычайных ситуациях.
15. Подумайте и ответьте, почему охрана окружающей среды в настоящее время становится приоритетной задачей.
16. Что такое экологическое право?
17. Какие существуют формы юридической ответственности за экологические правонарушения?
18. Какова структура государственных органов охраны окружающей среды в России?
19. Подготовьте сообщение об одной экологически неблагоприятной территории вашего района. Выясните причины неблагополучия и меры по снижению уровня воздействия экстремальных факторов.
20. Подготовьте письменное сообщение (доклад) к семинару по теме: «Мои предложения по решению экологической проблемы загрязнения атмосферного воздуха в городе».

Ситуационные задачи

1. Рядом с городом построили завод по производству серной кислоты. Как изменится экологическое равновесие? Какие последствия возможны для здоровья людей? Как, по вашему мнению, можно снизить негативные влияния данного производства на экологическую обстановку в городе?
2. В фермерском хозяйстве оставили на зиму мешки с удобрениями без укрытия. К каким последствиям это может привести? Ответ обоснуйте.
3. В 1960-е гг. в СССР были распаханы огромные территории степей — целинные земли. Хорошие урожаи зерна были получены только в первые годы, а затем начались деградация и обеднение почвы. Подумайте, в чем причина? Как можно предотвратить деградацию земель?
4. Гражданин А. вымыл свой автомобиль в поселковом водоеме, а гражданин Б. не затушил костер, что привело к лесному пожару, при котором выгорела большая территория и частное строение. Как классифицируются данные поступки? К какому виду ответственности должен быть привлечен гражданин А., и к какому виду — гражданин Б.?
5. Вы получили задание от администрации школы провести занятие для школьников 7-9 классов по вопросам экологической безопасности. Занятие должно носить ознакомительный характер, продолжительность — 45 мин. Каким тематическим содержанием из представленного в настоящей главе материала вы наполните урок?
6. На одном из занятий по курсу «Экологическая безопасность Центрального региона» вы получили задание «Провести локальный экологический мониторинг района вашего постоянного проживания в данный момент времени». Определите порядок ваших действий по его выполнению.

Тема 3.2. Информационная безопасность

После изучения данной темы студент должен:

знать

- общие понятия, определения и терминологию главы «Информационная безопасность»;
- содержание и основные положения нормативно-правовой базы, регулирующей сферу информационной безопасности на территории РФ;
- информационные опасности и угрозы;
- источники угроз информационной безопасности личности, общества и государства;
- цели, составные части, приемы и методы информационной войны;
- сущность и содержание понятий «информационная зависимость», «информационный терроризм», «информационная перегрузка»;

уметь

- соблюдать меры безопасности при угрозе возникновения информационных опасностей и угроз;
- классифицировать вид информационной опасности и угрозы, определять основные особенности и закономерности ее протекания;
- соблюдать основные правила безопасного поведения при возникновении информационных опасностей и угроз;

владеть

- алгоритмом безопасного поведения при угрозе возникновения информационных опасностей и угроз;
- правилами безопасного поведения при возникновении информационных опасностей и угроз;
- общими положениями основных нормативно-правовых актов РФ в области защиты населения и территорий от информационных опасностей и угроз.

Основные понятия: информация, информационная безопасность, информационная среда, информационная угроза, информационная опасность, информационная защита, информационная безопасность личности, информационная безопасность общества, информационная безопасность государства, информационная война, информационная зависимость, информационная перегрузка, информационный терроризм, методы и приемы информационной войны, информационное оружие.

Контрольные вопросы и задания

1. Охарактеризуйте основные понятия и категории информационной безопасности.
2. Что такое информационная война? Каковы ее основные характеристики? Опишите основные приемы и методы информационных войн.
3. Чем различаются информационная война, информационный криминал, информационный терроризм и что между ними общего?
4. Охарактеризуйте угрозы информационной безопасности России. На какие виды они подразделяются? Приведите примеры.
5. Дайте определение понятию «информационный терроризм». В чем сущность этого опасного социального явления? Какие способы противодействия информационному терроризму вам известны?
6. Чем обусловлена актуальность в современном обществе проблемы информационно-психологической безопасности?
7. Дайте определение термину «информационная зависимость». Какие виды информационной зависимости вам известны? Приведите примеры.
8. Что необходимо сделать для того, чтобы создать в России условия для безопасного развития личности в условиях информатизации?
9. В чем причины появления информационной перегрузки человека в современном мире? Какие способы противодействия информационной перегрузке вы можете назвать?

Ситуационные задачи

1. Вы устроились на работу в школу. В один из рабочих дней, во время перемены, вы стали невольным участником беседы старшеклассников об анонимном звонке в школу с информацией о том, что в одном из помещений школы заложена бомба. Определите порядок ваших действий.
2. В один из рабочих дней руководство школы обращается к вам с просьбой провести мероприятие по информационной безопасности личности для учащихся 10-11 классов. Условия реализации занятия таковы: продолжительность занятия — 45 мин для каждого класса, тип занятия — внеклассное, отбор материала — на ваше усмотрение. Определите порядок ваших действий.
3. Каждое утро, открывая свой почтовый ящик (электронную почту), вы обнаруживаете порядка 20 писем с приглашениями принять участие в тех или иных мероприятиях. Такая ситуация продолжается в течение двух месяцев. Определите порядок ваших действий.
4. В средствах массовой информации появилась информация о том, что территория (населенный пункт, регион) вашего проживания находится под угрозой начала «информационной войны». Определите порядок ваших действий по обеспечению собственной безопасности.
5. Ваша работа связана с получением, созданием, переработкой и хранением больших потоков информации. Руководство принимает решение о сокращении штатного состава сотрудников, что грозит о будущем возрастании объемов работы. Определите порядок ваших действий. Какие действия вы предпримите для «информационной разгрузки»?
6. Ваша школа выиграла проект (грант) по обучению учащихся вопросам информационной безопасности личности. Одним из пунктов технического задания установлена тематика занятий, которые вам предстоит проводить. Среди прочих, заявлена тема «Информационные опасности и угрозы». Определите порядок ваших действий.
7. На одном из учебных курсов вы получили задание «Составить терминологический словарь

по теме "Информационная безопасность личности, общества и государства"». В состав терминологического словаря должно входить от 20 до 25 основных терминов по данной теме. Каждый термин должен иметь ссылку на источник. Определите порядок ваших действий.

8. Во время прохождения практики в школе один из учеников обращается к вам за помощью. Описывая свою проблему, он рассказывает, что практически все свободное время проводит дома, за компьютером. Родителям и учителям он не хочет сообщать о своей проблеме по причине того, что «они его не понимают» (с его слов), но сам уже устал и не знает, что ему предпринять. Определите порядок ваших действий.

Раздел 4. Гражданская оборона

Тема 4.1. Гражданская оборона в РФ

После изучения данной темы студент должен:

знать

- общие понятия, определения, сущность и содержание гражданской обороны;
- основные нормативно-правовые акты, регулирующие сферу гражданской обороны на территории РФ;
- систему организации гражданской обороны, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих в мирное и военное время;
- основные государственные структуры, обеспечивающие безопасность населения и порядок обращения к ним в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

уметь

- определять последовательность действий в различных чрезвычайных ситуациях;
- соблюдать последовательность эвакуационных действий;

владеть

- алгоритмом оказания помощи пострадавшим в ЧС мирного и военного времени;
- навыками использования средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи;
- правилами безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

Основные понятия: гражданская оборона, безопасность, система безопасности РФ, Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), чрезвычайная ситуация, предупреждение ЧС, ликвидация ЧС, структура ГО, управление ГО, режим повседневной деятельности ГО, режим повышенной готовности ГО, координационные органы ГО, силы и средства ГО.

Контрольные вопросы и задания

1. Что такое гражданская оборона?
2. Кто является начальником гражданской обороны страны?
3. Перечислите основные задачи гражданской обороны.
4. В чем заключаются полномочия Президента РФ в области гражданской обороны?
5. В чем заключаются полномочия Правительства РФ в области гражданской обороны?
6. Что такое гражданские организации гражданской обороны и где они создаются?
7. Что составляет силы гражданской обороны?
8. Что представляют собой индивидуальные средства защиты?
9. Назовите основные индивидуальные средства защиты кожи и их возможности.
10. Назовите основные индивидуальные средства защиты органов дыхания и дайте их характеристики.
11. Что представляют собой медицинские средства защиты (индивидуальные и коллективные)?
12. Какие индивидуальные средства защиты применяются в образовательных учреждениях?
13. Что такое дозиметрический прибор? Дайте развернутое определение.
14. Что такое предельно допустимая концентрация?
16. Как классифицируются приборы радиационной и химической разведки?
17. Что измеряют приборы радиационной разведки?

18. Что измеряют приборы химической разведки?
19. Что измеряют бытовые дозиметрические приборы?
20. Что такое убежище и защитное сооружение, дайте определение.
21. Как классифицируют защитные сооружения?
22. По какому признаку размещаются граждане в защитных сооружениях?
23. Каким способом возводится простейшее укрытие?
24. Назовите степень ослабления проникающей радиации для различных зданий и сооружений.
25. Чем отличается противорадиационное укрытие от убежища?

Ситуационные задачи

1. По системе оповещения РСЧС был получен сигнал об опасности обширного потопления территории в районе вашего проживания. Из сообщения понятно, что ваш дом попадет в зону потопления. Определите порядок действий в сложившейся ситуации.

2. В 70 км от вашего постоянного места жительства произошла авария на химически опасном объекте. Возникла угроза заражения людей и местности АХОВ (аммиаком). Определите порядок действий.

3. По системе оповещения получен сигнал об эвакуации из здания, в котором вы находитесь. Вам заранее известно, что данный сигнал и оповещение производятся в целях «плановой тренировки», ситуация не представляет опасности в данный момент. Определите порядок ваших действий.

4. В средствах массовой информации прозвучала официальная информация об обширном загрязнении территории населенного пункта опасными биологическими веществами. В вашем распоряжении находятся все необходимые средства индивидуальной защиты. Каким из них вы воспользуетесь и почему? Ответ обоснуйте.

5. В учреждении, где вы работаете, имеются легкие защитные костюмы Л-1, противогазы гражданские ГП-5 и пакеты индивидуальные перевязочные на каждого из сотрудников. По системе оповещения РСЧС получена информация о радиационном заражении территории и скорой эвакуации. Определите порядок ваших действий.

6. Вы находитесь за чертой города, в лесистой местности. По системе оповещения РСЧС получена информация о заражении территории АХОВ. Времени на раздумья у вас нет, зараженное облако движется в вашу сторону и достигнет вас через 4 ч. У вас есть: лопата, брезентовая палатка, 10 л воды, запас еды на 2 дня, личное транспортное средство и теплая одежда. Определите порядок ваших действий.

Раздел 5. Здоровый образ жизни как основа безопасности жизнедеятельности

Тема 5.1. Здоровый образ жизни

знать

- основные термины и понятия в области возрастной физиологии, школьной гигиены, профилактики соматических и психических заболеваний, первой медицинской помощи;
- особенности детской психологии здоровья;
- основы теории и методики здорового образа жизни;
- правовые вопросы охраны здоровья детей и подростков;
- основные закономерности формирования ценностных установок и мотивации поведения на здоровый образ жизни;

уметь

- проводить анализ и оценку физического развития и состояния здоровья учащихся;
- организовывать оздоровительную работу среди населения;
- организовывать работу с несовершеннолетними по профилактике аддиктивного поведения;

владеть

- здоровьесберегающими технологиями обучения и воспитания, способствующими выявлению и активизации резервных возможностей человека, формированию личностно-интеллектуальной деятельности;
- основами профилактической деятельности с несовершеннолетними.

Основные понятия: здоровье, здоровый образ жизни, состояние здоровья, культура здоровья, болезнь, предболезнь, валеологическое образование, валеологическое знание, питание, рациональное питание, движение, двигательная активность, оздоровление, уровень жизни, качество жизни, стиль жизни.

Контрольные вопросы и задания

1. Дайте определения понятий «здоровье», «болезнь», «предболезнь». Что такое «состояние здоровья»?
2. Назовите факторы, определяющие здоровье.
3. Сформулируйте определяющие факторы образа жизни.
4. Дайте определение понятию «здоровый образ жизни». Назовите и охарактеризуйте факторы ЗОЖ, проблемы формирования ЗОЖ и пути их решения.
5. Назовите и охарактеризуйте основные составляющие здорового образа жизни.
6. Что такое «индивидуальное здоровье»?
7. Что такое «общественное здоровье»?
8. Какова связь между понятиями «здоровье», «здоровый образ жизни» и «безопасность жизнедеятельности»?
9. Каковы причины ухудшения физического и психического здоровья человека?
10. Каковы основные этапы формирования физического и психического здоровья человека?
11. Что такое «факторы риска» и «факторы защиты» при развитии аддиктивного поведения?
12. Как вы понимаете основные виды профилактики наркозависимости?
13. В чем заключается профилактика инфекционных заболеваний?
14. Дайте характеристику социально значимым заболеваниям.
15. Что такое «культура здоровья»?
16. Какую роль для здоровья человека играет движение?

Ситуационные задачи

1. Проснувшись утром, вы почувствовали недомогание. На день у вас было запланировано много дел. Дома имеются противовирусные медикаменты. Определите порядок ваших действий. Ответ обоснуйте, а также обоснуйте предполагаемые последствия ваших действий.
2. В семье ваших знакомых (многодетная семья) один из детей (подросток 13 лет) со слов матери периодически становится «странным», в кармане у него мама обнаружила какие-то таблетки. Что можно предположить? Какие медико-социальные проблемы возникли у подростка и какова система дальнейших действий по решению этих проблем?
3. Ваши друзья решили заниматься спортом. На последней встрече друзей было принято решение о покупке абонеента в спортивный клуб. Друзья решили воспользоваться им в полной мере, посещая все секции подряд. Определите порядок ваших действий.
4. Вы устроились на работу. К сожалению, при объекте, на котором вы работаете, нет столовой, а также не предусмотрено место для организации питания сотрудников. Определите порядок ваших действий.
5. Вы работаете учителем - организатором ОБЖ в одной из городских школ. Завуч просит вас совместно с медицинским работником и преподавателем физкультуры составить план оздоровительных мероприятий учащихся на год. Определите порядок ваших действий.

Раздел 6. Основы обороны государства и воинская обязанность

Тема 6.1. История создания Вооруженных Сил России. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.

После изучения данной главы студент должен:

знать

- историю создания Вооруженных Сил России, организационную структуру Вооруженных Сил Российской Федерации (укрупненно);
- основные понятия о воинской обязанности; основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе;
- виды прохождения военной службы; понятие «призыв на военную службу»;

- качества личности военнослужащего как защитника Отечества;
- понятия «воинская дисциплина» и «ответственность»;
- правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования;
- боевые традиции Вооруженных Сил России;
- ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Контрольные вопросы и задания

1. Расскажите историю создания Вооруженных Сил России.
2. Покажите графически организационную структуру Вооруженных Сил Российской Федерации.
3. Перечислите виды и рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.
4. Расскажите, что такое «воинский учет» и для чего он нужен.
5. Объясните, для чего нужна обязательная подготовка граждан к военной службе и что из себя она представляет.
6. Что такое «призыв на воинскую службу»? Какие виды службы бывают?
7. Перечислите качества личности военнослужащего как защитника Отечества.
8. Объясните основной принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации, перечислите общие права и обязанности военнослужащих, виды дисциплинарных взысканий.
9. Как стать офицером Российской армии? Каковы основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования?
10. Назовите основные боевые традиции Вооруженных Сил России.
11. Перечислите известные вам ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Раздел 7. Основы медицинских знаний

После изучения данной главы студент должен:

знать

- основные нормативно-правовые акты, регламентирующие порядок действий по оказанию первой помощи;
- порядок действий по оказанию первой помощи, определенный приложением 2 к приказу Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 4 мая 2012 г. № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (далее — Приказ Минздрава № 477н);
- порядок вызова врачей скорой медицинской помощи и взаимодействия с ними;
- ключевые понятия главы, этиологию и патогенез изложенных в ней патологических состояний;
- этапы оказания первой помощи при травмах и патологических состояниях;
- основы десмургии, иммобилизации и способы транспортировки пострадавших;

уметь

- грамотно информировать диспетчера скорой медицинской помощи;
- поэтапно оказывать первую помощь;
- контролировать эффективность проводимых мероприятий;
- взаимодействовать с врачами скорой помощи;

владеть

- основными приемами оказания первой помощи;
- основными приемами десмургии и иммобилизации;
- основными способами транспортировки пострадавшего;
- основными приемами контроля состояния пострадавшего.

Основные понятия: первая помощь, доврачебная помощь, скорая медицинская помощь, шок, травматический шок, кровотечение, рана, перелом, ожог, обморожение, терминальное состояние, клиническая смерть, утопление, электротравма, отравление, десмургия, иммобилизация,

транспортировка пострадавшего, аптечка индивидуальная, индивидуальный противохимический пакет, индивидуальный перевязочный пакет, санитарная обработка.

Контрольные вопросы и задания

1. Что такое «первая помощь»? Какие основные мероприятия входят в понятие «первая помощь» согласно существующему законодательству?
2. Каким юридическим документом регулируется оказание первой помощи?
3. Дайте характеристики этиологии и патогенезу травматического шока. Какие мероприятия входят в первую помощь при травматическом шоке?
4. Дайте характеристики этиологии и патогенезу кровотечения. Какие мероприятия входят в первую помощь при наружных и внутренних кровотечениях?
5. Дайте характеристики этиологии и патогенезу ран. Какие мероприятия входят в первую помощь при ранах разных видов?
6. Дайте характеристики этиологии и патогенезу переломов. Какие мероприятия входят в первую помощь при закрытых и открытых переломах?
7. Дайте характеристики этиологии и патогенезу ожогов. Какие мероприятия входят в первую помощь при ожогах различных степеней?
8. Дайте характеристики этиологии и патогенезу обморожений. Какие мероприятия входят в первую помощь при обморожениях различных степеней?
9. Дайте характеристики этиологии и патогенезу терминальных состояний.
10. Опишите технику и правила выполнения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.
11. Опишите правила и приемы контроля состояния пострадавшего.
12. Дайте характеристики этиологии и патогенезу утоплений. Какие мероприятия входят в первую помощь при утоплениях различных видов?
13. Дайте характеристики этиологии и патогенезу электротравмы. Какие мероприятия входят в первую помощь при электротравме?
14. Дайте характеристики этиологии и патогенезу отравлений. Какие мероприятия входят в первую помощь при отравлениях различными ядами, отравлении грибами, отравлении пищей?
15. Какие вы знаете основные материалы, используемые в качестве перевязочных? Охарактеризуйте их достоинства, недостатки, правила применения.
16. Назовите основные виды повязок, опишите правила их наложения.
17. Какие вы знаете специальные и подручные средства иммобилизации? Опишите правила использования фиксационных и дистракционных шин.
18. Назовите способы транспортировки пострадавших при различных видах травм. Опишите правила транспортировки пострадавших при различных видах травм.
19. Перечислите и охарактеризуйте основные мероприятия по оказанию первой помощи при отравлениях АХОВ.
20. Опишите назначение, состав и правила использования АИ-2.
21. Опишите назначение, состав и правила использования ИПП-11.
22. Опишите назначение, состав и правила использования ППМ.
23. Какие вы знаете способы и правила проведения санитарной обработки?
24. Опишите признаки попадания инородных тел в верхние дыхательные пути. Какова первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Перечислите основные ошибки при оказании первой помощи.

Ситуационные задачи

1. Пострадавший после падения с высоты мужчина лежит на тротуаре. Он находится в сознании, но речь спутана и затруднена. С его слов понятно, что он упал со второго этажа. Жалобы на сильные боли в области спины и грудины. Определите порядок ваших действий.
2. Вы находитесь на берегу реки. Мимо на водном скутере проехала пара. Девушка, сидящая за водителем, упала, сильно ударившись о воду. Вы доставили ее из воды на берег. Девушка жалуется на сильную боль в левой голени. При осмотре отмечаются признаки открытого перелома костей левой голени. Расстояние до ближайшего крупного населенного пункта около 100 км. Определите порядок ваших действий.

3. На ваших глазах грузовой машиной сбит пешеход. Он без сознания, лежит на спине. Его лицо в крови, правая нога неестественно подвёрнута, а вокруг нее растекается лужа крови. Дыхание есть, сердцебиение слабое. Определите порядок ваших действий в сложившейся ситуации.

4. На автобусной остановке стоящий рядом с вами мужчина побледнел и упал. Он без сознания, кожные покровы бледные, с сероватым оттенком, зрачки широкие, на свет не реагируют. Определите порядок ваших действий.

5. Во время ремонта телевизора произошел сильный разряд электрического тока. Мастер потерял сознание и упал возле стола. Его рука продолжает крепко сжимать пучок проводов с деталями. Лицо искажено судорогой. Определите порядок ваших действий.

6. Из окна второго этажа горящего дома выпрыгнул человек, он катается по снегу, пытается сбить пламя. Его рубашка на спине уже перестала тлеть, под остатками ткани видна черная кожа с множеством влажных трещин и пузырей. Определите порядок ваших действий.

7. На даче соседского мальчика в шею укусила пчела. Испугавшись, он обратился к вам за помощью. Его лицо и шея начали увеличиваться в объеме, появилось учащенное хриплое дыхание. До ближайшего населенного пункта — не менее часа ходьбы или 10 минут на машине. Определите порядок ваших действий.

8. В походе одному из ваших друзей деревом придавило ногу. Он находится в сознании, но боль усиливается, когда вы начинаете поднимать ствол дерева. Определите порядок ваших действий.

9. На улице к вам обратился человек, умоляющим тоном и жестами попросил вызвать скорую помощь без объяснения причин. Определите порядок ваших действий.

10. Вы почувствовали некоторые специфические признаки пищевого отравления. Определите порядок ваших действий.

11. У вашего близкого - явные признаки инфекционной болезни. Определите порядок ваших действий, учитывая различные признаки инфекционных болезней.

12. Вы сидите в кафе и вдруг видите картину, явно указывающую на то, что человеку в дыхательные пути попал посторонний предмет. Определите порядок ваших действий.

Раздел 8. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка

Тема 8.1. Здоровье родителей и будущего ребенка

После изучения данной главы студент должен:

знать

- факторы здоровья родителей и их влияние на здоровье будущего ребенка;
- основные средства планирования семьи;
- роль мужчины и женщины в здоровой семье;
- факторы, влияющие на здоровье ребенка;
- основы гигиены беременности; признаки и сроки беременности;
- понятие патронажа, виды патронажей;
- особенности питания и образа жизни беременной женщины;
- физиологические особенности развития новорожденных детей;
- основные мероприятия по уходу за младенцами;
- формирование основ здорового образа жизни младенцев;
- связь духовности и здоровья семьи.