

Министерство образования и науки Республики Коми  
Государственное профессиональное образовательное учреждение  
«Гимназия искусств при Главе Республики Коми»  
имени Ю.А. Спиридонова

**Рабочая программа  
учебной дисциплины**

**ОП.05 Безопасность жизнедеятельности**

(наименование дисциплины в соответствии с ФГОС)

для студентов, обучающихся по специальности

**52.02.01 «Искусство балета»**

(код, наименование специальности)

**углубленный**

(уровень подготовки: базовый, углубленный)

Сыктывкар, 2024

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности  
52.02.01 «Искусство балета», 52.02.02 «Искусство танца» (по видам)

(код, наименование специальности)

Уровень **углубленный**  
подготовки

(базовый или углубленный)

Разработчики

	ФИО	Квалификационная категория	Должность
1	Дорошев Иван Валентинович	первая	Преподаватель- организатор ОБЖ

ПРИНЯТА

решением педагогического совета  
государственного профессионального  
общеобразовательного учреждения  
«Гимназия искусств при Главе Республики  
Коми» имени Ю.А. Спиридонова  
от 15.05.2024 г. №9

УТВЕРЖДЕНА

приказом государственного  
профессионального общеобразовательного  
учреждения «Гимназия искусств при Главе  
Республики Коми»  
имени Ю.А. Спиридонова  
от 21.05.2024 г. №495-од

Рассмотрена на заседании художественно-методического объединения  
преподавателей специальности «Искусство балета» и рекомендована к использованию

Протокол №\_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

Руководитель \_\_\_\_\_ В.Г. Ковыляева

## **Содержание**

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	7
3. Условия реализации учебной дисциплины	19
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	25

# 1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины

Безопасность жизнедеятельности

[название дисциплины в соответствии с в соответствии с ФГОС]

## 1.1. Область применения рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО

по специальности	52.02.01 [код]	Искусство балета [наименование специальности полностью]
по специальности	52.02.02 [код]	Искусство танца (по видам) [наименование специальности полностью]

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована

только в рамках реализации  
специальности

ОП 05

[код]

Безопасность  
жизнедеятельности

[наименование специальности полностью]

## 1.2 Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Данная учебная дисциплина входит:

в обязательную часть циклов ОПОП

Профильные учебные дисциплины

в вариативную часть циклов ОПОП

-

[наименование цикла в соответствии с ФГОС]

## 1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- |    |   |
|----|---|
| 1. | организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;                    |
| 2. | предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту; |
| 3. | использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;   |
| 4. | применять первичные средства пожаротушения;   |
| 5. | ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей;  |
| 6. | оказывать первую (доврачебную) помощь пострадавшим.   |

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- |    |   |
|----|---|
| 1. | 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; |
| 2. | основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;                      |
| 3. | основы военной службы и обороны государства;  |
| 4. | задачи и основные мероприятия гражданской обороны, способы защиты населения от оружия массового поражения;  |
| 5. | меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;   |
| 6. | организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;  |
| 7. | порядок и правила оказания первой (доврачебной) помощи пострадавшим.  |

*[Указываются требования к умениям, знаниям, практическому опыту в соответствии с перечисленными в Разделе VI (Таблица 2 Структура ОПОП СПО) ФГОСов по специальностям]*

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся осваивает компетенции:

Общепрофессиональные (из стандарта ФГОС СПО)	
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

Профессиональные из стандарта ФГОС СПО	
ПК 1.6.	Сохранять и поддерживать внешнюю физическую и профессиональную форму.

#### 1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося	всего часов	108	в том числе часов, в том числе
		108	
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося		72	часов,
самостоятельной работы обучающегося		36	часов;

*[количество часов вносится в соответствии с рабочим учебным планом специальности]*

## 2. Структура и содержание учебной дисциплины

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

№	Вид учебной работы	Объем часов
1	Максимальная учебная нагрузка (всего)	108
2	Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	72
	в том числе:	
2.1	лабораторные работы	-
2.2	практические занятия	26
2.3	контрольные работы	1
2.4	курсовая работа <i>(если предусмотрено)</i>	-
3	Самостоятельная работа обучающегося (всего)	36
	в том числе:	
3.1	Выполнение рефератов	8 часов
3.2	Составление эссе	10 часов
3.3	Подготовка презентаций	12 часов
3.4	Подготовка докладов	6 часов

## 2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины

Безопасность жизнедеятельности

Наименование дисциплины

Номер разделов и тем	Наименование разделов и тем Содержание учебного материала; лабораторные работы и практические занятия; самостоятельная работа обучающихся; курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1.</b>	<b>Здоровый образ жизни.</b>	<b>3</b>	
	Содержание учебного материала	2	
	1 Духовно-нравственная составляющая здорового образа жизни. Нравственность и здоровье. Система обобщенного представления индивида о себе, как образ собственного «Я». Духовность и конгруэнтность.	1	1
	Практические занятия:	1	
	1 Способы и тактики бесконфликтного общения.	1	3
	Самостоятельная работа студентов:	1	
	1 Анализ технологии беспроблемного общения и беспроблемный метод разрешения конфликтов (Т.Гордон).	1	
<b>Раздел 2.</b>	<b>Освоение основ медицинских знаний.</b>	<b>61</b>	
	Содержание учебного материала	48	
	1 Правовые основы оказания первой помощи. Задачи первой помощи.	1	1
	2 Правила оказания первой (доврачебной) помощи. Комплекс неотложных мероприятий оказания первой помощи.	1	1
	3 Домашняя аптечка, асептика и антисептика.	1	1
	4 Общие правила оказания первой помощи при травмах.	1	2

5	Переломы конечностей и ребер, причины, признаки и первая помощь.	1	2
6	Правила иммобилизации и транспортировка пострадавших.	1	2
7	Возможные травмы в профессиональной деятельности артистов балета и танцоров.	1	1
8	Виды кровотечений, их особенности.	1	1
9	Способы и техники оказания перевязки. Что такое рана и кровотечение.	1	1
10	Общие правила оказания первой помощи при капиллярном и венозном кровотечениях.	1	1
11	Общие правила оказания первой помощи при артериальном кровотечении.	1	2
12	Правила наложения жгута.	1	2
13	Внутреннее кровотечение, причины возникновения и признаки.	1	1
14	Особенности оказания первой помощи при внутреннем кровотечении.	1	2
15	Понятие о травматическом шоке, его причины и последствия. Признаки травматического шока.	1	1
16	Основные правила оказания первой медицинской помощи при травматическом шоке.	1	2
17	Нарушения нервной системы, требующие оказания первой помощи. Травмы головы и позвоночника. Причины и признаки травм головы и позвоночника.	1	1
18	Особенности шинирования при переломах позвоночника; перекладывание пострадавшего с земли на носилки.	1	1
19	Основные правила оказания первой помощи при сотрясении головного мозга.	1	2
20	Первая помощь при попадании в полости носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел. Первая помощь при	1	2



	попадании в полости носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел.		
21	Последствия воздействия на тело высоких температур. Признаки ожогов, солнечного и теплового ударов.	1	1
22	Оказание первой помощи при ожогах, солнечном и тепловом ударах.	1	2
23	Последствия воздействия на тело низких температур. Признаки переохлаждения и обморожения.	1	1
24	Оказание первой помощи при обморожениях.	1	2
25	Признаки отравления и возможные последствия.	1	1
26	Правила оказания первой помощи при отравлениях.	1	2
27	Инфекционные заболевания. Причины и пути передачи.	1	1
28	Виды инфекционных заболеваний, их признаки и первая помощь.	1	2
29	Неинфекционные заболевания, возможные причины их возникновения, виды и признаки.	1	1
30	Оказание первой помощи при неинфекционных заболеваниях	1	2
31	Первая помощь при остановке сердца. Оказание первой помощи при остановке сердца. Признаки клинической смерти.	1	2
32	Сердечно-легочная реанимация.	1	2
Практические занятия:		16	
1	Оценка состояний, при которых оказывается первая помощь.	1	2
2	Перечень мероприятий по оказанию первой помощи.	1	2
3	Анализ состава домашней аптечки.	1	2
4	Порядок оказания первой помощи при травмах.	1	3
5	Отработка приемов оказания первой помощи при закрытых повреждениях: ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах.	1	3
6	Порядок и правила оказания первой помощи при переломах. Отработка приемов оказания первой помощи при переломах	1	3

		костей верхних и нижних конечностей, переломе ребер.		
7		Основные принципы иммобилизации и транспортировки пострадавших с переломами. Использование шин.	1	2
8		Наложения шин и виды транспортировки пострадавших.	1	3
9		Порядок и правила оказания первой помощи при кровотечениях и ранениях. Виды кровотечений. Способы оказания первой помощи при различных кровотечениях.	1	3
10		Способы различных видов повязок. Виды повязок и правила их наложения. Асептика и антисептика.	1	3
11		Наложение давящей повязки.	1	3
12		Выполнение алгоритма наложения жгута.	1	3
13		Отработка действий при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути. Прием Геймлиха.	1	3
14		Приемы оказания первой помощи при ожогах, солнечном и тепловом ударах.	1	3
15		Правила наложения термо-повязки.	1	3
16		Правила проведения сердечно-легочной реанимации.	1	2
		Самостоятельная работа студентов:	10	
1		Анализ правовых актов по оказанию первой помощи.		
2		Алгоритм первой помощи при неотложных ситуациях.		
3		Анализ основных принципов и способов транспортной иммобилизации.		
4		Использование холода при травмах.		
5		Последствия профессиональных травм.		
6		Причины различных травм и ранений у человека.		
7		Анализ основных правил наложения жгута.		
8		Шины и жгут из подручных материалов.		
9		Анализ проведения прекардиального удара.		
10		Основные ошибки при проведении сердечно-легочной		

		реанимации.		
	11	Соотношение цифр при проведении сердечно-легочной реанимации.		
	12	Анализ проведения сердечно-легочной реанимации.		
	13	Составление общего алгоритма оказания первой помощи пострадавшему.		
<b>Раздел 3.</b>	<b>Основы безопасности личности, общества и государства (основы комплексной безопасности).</b>		<b>30</b>	
Тема 3.1 Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.	Содержание учебного материала		4	
	1	Основные виды потенциальных опасностей в быту (пожары, отравление, поражение электричеством, розлив ртути, утечка газа) и на улице (гололед, сосульки на крышах, криминогенные ситуации), их профилактика.	1	1
	2	Основные виды потенциальных опасностей в профессиональной деятельности и их профилактика.	1	2
	Практические занятия:		2	
	1	Последствия потенциальных опасностей в профессиональной деятельности и правила безопасного поведения.	1	2
	2	Особенности обеспечения комплексной безопасности в Гимназии искусств. Моделирование чрезвычайных ситуаций, возможных на территории гимназии искусств и правила эвакуации.	1	3
	Самостоятельная работа студентов:		4	
	1	Анализ возможных последствий нарушений правил пользования источниками опасности в быту.		
	2	Анализ возможных последствий нарушений правил безопасности на улице.		
	3	Моделирование потенциальных опасностей в профессиональной деятельности и правил безопасного поведения.		
	4	Составление различных алгоритмов действий в экстремальных		

		условиях.		
Тема 3.2. Обеспечение безопасности при ЧС	Содержание учебного материала		3	
	1	Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики в условиях ЧС. Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.	1	2
	2	Терроризм и экстремизм, как серьезная угроза национальной безопасности России. Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников.	1	2
	Практические занятия:		1	
	1	Прогнозирование развития событий и оценки последствий в условиях противодействия терроризму. Готовность оказывать помощь государству в противодействии терроризму. Терроризм, экстремизм – сущность и угрозы безопасности личности и общества. Ответственность за правонарушения, связанные с терроризмом и экстремизмом.	1	3
	Самостоятельная работа студентов:		4	
	1	Составление различных алгоритмов действий в ЧС природного и техногенного характера.		
	2	Анализ потенциально опасных объектов г.Сыктывкара.		
	3	Анализ влияния уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности на формирование антитеррористического поведения.		
	4	Анализ способов и средств вовлечения подростков в террористическую, экстремистскую деятельность.		
Тема 3.3. Гражданская оборона как	Содержание учебного материала		4	
	1	Задачи и основные мероприятия гражданской обороны.	1	1

система мер по защите населения в военное время		Гражданская оборона как составная часть обороноспособности страны. История создания гражданской обороны. Предназначение гражданской обороны.		
	2	Организация мероприятий по защите работающих и населения от негативных ситуаций ЧС. Организация гражданской обороны на территории Российской Федерации.	1	2
		Практические занятия:	2	
	1	Проведение мероприятий РСЧС по защите работающих и населения от негативных ситуаций ЧС.	1	2
	2	Организация гражданской обороны в Гимназии искусств. Силы и средства гражданской обороны. Защитные мероприятия.	1	2
		Самостоятельная работа студентов:	3	
	1	Анализ создания системы ГО в России.		
	2	Анализ защитных мероприятий в области ГО, проводимых в гимназии искусств.		
	3	Составление различных алгоритмов действий при введении военного положения.		
Тема 3.4. Оружие массового поражения и способы защиты		Содержание учебного материала	4	
	1	Ядерное оружие и его боевые свойства. Понятие о ядерном оружии, его классификация. Использование средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения.	1	2
	2	Химическое оружие. Понятие о химическом оружии и боевых токсичных химических веществах (БТХВ). Классификация БТХВ. Признаки поражения БТХВ. Правила безопасного поведения и способы защиты от химического оружия. Биологическое оружие. Понятие о бактериологическом (биологическом) оружии, его поражающие факторы и признаки применения. Правила безопасного поведения и способы защиты от бактериологического (биологического) оружия.	1	2

	Практические занятия:		2	
	1	Поражающие факторы ядерного оружия. Правила безопасного поведения и способы защиты от ядерного оружия.	1	2
	2	Способы коллективной защиты населения от оружия массового поражения. Эвакуация и защитные сооружения, как способы коллективной защиты населения. Использование средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения. СИЗОД и СИЗК. Их классификация и способы применения.	1	2
	Самостоятельная работа студентов:		4	
	1	Составление различных алгоритмов защитных действий при использовании оружия массового поражения.		
	2	Анализ поражающих факторов оружия массового поражения по последствиям применения.		
	3	Анализ БТХВ по последствиям применения.		
	4	Моделирование защитных мер при применении оружия массового поражения.		
<b>Раздел 4.</b>	<b>Основы военной службы и обороны государства</b>		<b>13</b>	
Тема 4.1. Структура Вооруженных Сил и основные виды вооружения в Российской Федерации	Содержание учебного материала		3	
	1	История создания Вооруженных Сил России. Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны.	1	1
	2	Воинская служба по призыву и по контракту, их особенности.	1	2
	Практические занятия:		1	
	1	Назначение, боевые свойства АК-74. Разборка и сборка.	1	2
	Самостоятельная работа студентов:		3	
	1	Анализ исторического развития Вооруженных Сил России .		

	2	Современное вооружение Российской армии и флота.		
	3	История создания АК-74.		
Тема 4.2. Особенности военной службы	Содержание учебного материала		3	
	1	Военно-учетные специальности военнослужащих. Статус военнослужащего, военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО.	1	2
	2	Основные профессионально важные качества военнослужащих. Область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы.	1	2
	Практические занятия:		4	
	1	Личность и социальная роль военного человека. Личность и социальная роль военного человека.	1	2
	Самостоятельная работа студентов:		4	
	1	Особенности организации воинской службы в Республике Коми и г.Сыктывкаре.		
	2	Анализ основных направлений добровольной и обязательной подготовки граждан к военной службе.		
	3	Анализ морально-этических качеств военнослужащих, необходимых для успешной службы.		
	4	Анализ психологических свойств в структуре личности.		
Контрольная работа		1		
Всего			108	
В том числе		обязательная аудиторная учебная нагрузка	72	пр – 3
		самостоятельная работа	36	

Номер разделов и тем	Наименование разделов и тем Содержание учебного материала; лабораторные работы и практические занятия; самостоятельная работа обучающихся; курсовая работа (проект) (если предусмотрены)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
<b>Раздел 1.</b>	<b>Здоровый образ жизни.</b>		18	
	Содержание учебного материала		5	
	1	Духовно-нравственная составляющая здорового образа жизни. Нравственность и здоровье. Система обобщенного представления индивида о себе, как образ собственного «Я». Духовность и конгруэнтность.	1	1
	2	Стратегии бесконфликтного общения. Сглаживание конфликтных ситуаций.	1	2
	Практические занятия:		3	
	1	Способы и тактики бесконфликтного общения.	1	3
	2	Способы саморегуляции в повседневной деятельности. Формирование характера и самовоспитание.	1	3
	3	Способы саморегуляции в экстремальных условиях. Искусство управления собой.	1	3
	Самостоятельная работа студентов:		3	
	1	Анализ технологии беспроблемного общения и беспроблемный метод разрешения конфликтов (Т.Гордон).		
	2	Анализ технологии подлинного общения (Э.Берн).		
	3	Анализ психологического айкидо (Литвак М.Е.).		
<b>Тема 1.2.</b>	Содержание учебного материала		13	



Оказание первой помощи	1	Правила оказания первой (доврачебной) помощи. Задачи первой помощи. Способы и техники оказания перевязки. Что такое рана и кровотечение.	1	1
	2	Особенности оказания первой помощи при внутреннем кровотечении. Причины возникновения внутреннего кровотечения. Признаки и правила оказания первой помощи.	1	2
	3	Нарушения нервной системы, требующие оказания первой помощи. Травмы головы и позвоночника. Причины и признаки травм головы и позвоночника. Особенности шинирования при переломах позвоночника; перекладывание пострадавшего с земли на носилки. Основные правила оказания первой помощи при сотрясении головного мозга.	1	1
	4	Первая помощь при травматическом шоке. Понятие о травматическом шоке, его причины и последствия. Признаки травматического шока. Основные правила оказания первой медицинской помощи при травматическом шоке.	1	2
	5	Первая помощь при попадании в полости носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел. Первая помощь при попадании в полости носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел. Прием Геймлиха. Отработка действий.	1	2
	6	Первая помощь при остановке сердца. Оказание первой помощи при остановке сердца. Признаки клинической смерти. Непрямой массаж сердца и искусственная вентиляция дыхательных путей.	1	2
	7	Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Признаки инсульта и его разновидности. Оказание первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте.	1	2
	Практические занятия:		6	
	1	Порядок и правила оказания первой помощи при кровотечениях и	1	3

		ранениях. Виды кровотечений. Способы оказания первой помощи при различных кровотечениях.		
	2	Способы оказания различных видов повязок. Виды повязок и правила их наложения. Асептика и антисептика.	1	3
	3	Порядок и правила оказания первой помощи при ушибах, растяжениях, разрывах и вывихах. Понятие о закрытых повреждениях и их характеристика. Отработка приемов оказания первой помощи при закрытых повреждениях: ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах.	1	3
	4	Порядок и правила оказания первой помощи при переломах. Отработка приемов оказания первой помощи при переломах костей верхних и нижних конечностей, переломе ребер.	1	3
	5	Основные принципы иммобилизации и транспортировки пострадавших с переломами. Использование шин. Правила иммобилизации и транспортировки пострадавших.	1	2
	6	Итоговое занятие по оказанию первой помощи. Моделирование различных ситуаций по оказанию первой помощи.	1	2
	Самостоятельная работа студентов:		4	
	1	Анализ особенностей наложения жгута.		
	2	Анализ основных принципов и способов транспортной иммобилизации.		
	3	Анализ проведения прекардиального удара.		
	4	Составление общего алгоритма оказания первой помощи пострадавшему.		
<b>Раздел 2.</b>	<b>Основы безопасности личности, общества и государства (основы комплексной безопасности).</b>		34	
<b>Тема 2.1</b>	Содержание учебного материала		10	
<b>Обеспечение личной безопасности в</b>	1	Основные виды потенциальных опасностей в быту (отравление, поражение электричеством, разлив ртути, утечка газа), и их	1	1

повседневной жизни.		профилактика.		
	2	Основные виды потенциальных опасностей на улице (гололед, сосульки на крышах, криминогенные ситуации), их профилактика.	1	1
	3	Основные виды потенциальных опасностей в профессиональной деятельности и их профилактика.	1	2
	4	Профилактика пожаров в быту, различных учреждениях и на производстве. Поражающие факторы пожара.	1	2
	Практические занятия:		6	
	1	Последствия потенциальных опасностей в быту. Составление правил поведения в различных бытовых опасных ситуациях.	1	2
	2	Последствия потенциальных опасностей на улице и правила безопасного поведения.	1	2
	3	Последствия потенциальных опасностей в профессиональной деятельности и правила безопасного поведения.	1	2
	4	Правила безопасного поведения при возникновении пожара при самозащиты через дым и при невозможности эвакуации.	1	2
	5	Применения первичных средств пожаротушения. Классификация пожаров и виды огнетушителей.	1	3
	6	Особенности обеспечения комплексной безопасности в Гимназии искусств. Моделирование чрезвычайных ситуаций, возможных на территории гимназии искусств и правила эвакуации.	1	3
	Самостоятельная работа студентов:		4	
	1	Анализ возможных последствий нарушений правил пользования источниками опасности в быту.		
	2	Анализ возможных последствий нарушений правил безопасности на улице.		
	3	Моделирование потенциальных опасностей в профессиональной деятельности и правил безопасного поведения.		
	4	Составление различных алгоритмов действий в экстремальных		

		условиях.		
<b>Тема 2.2.</b> Обеспечение безопасности при ЧС		Содержание учебного материала	5	
	1	Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики в условиях ЧС. Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.	1	2
	2	Терроризм и экстремизм, как серьезная угроза национальной безопасности России. Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников.	1	2
		Практические занятия:	3	
	1	Прогнозирование развития событий и оценки последствий при природных ЧС. Отработка практических действий по овладению навыками безопасного поведения: во время внезапного землетрясения; при сходе оползней, селей, обвалов и лавин; при возникновении ураганов, бурь и смерчей; при наводнении; во время природных пожаров.	1	3
	2	Прогнозирование развития событий и оценки последствий при техногенных ЧС. Отработка практических навыков безопасного поведения: при пожарах и взрывах; при авариях с выбросом опасных химических и радиоактивных веществ; при гидродинамических и транспортных авариях.	1	3
	3	Прогнозирование развития событий и оценки последствий в условиях противодействия терроризму. Готовность оказывать помощь государству в противодействии терроризму. Терроризм, экстремизм – сущность и угрозы безопасности личности и общества. Ответственность за правонарушения, связанные с терроризмом и экстремизмом.	1	3

	Самостоятельная работа студентов:		4	
	1	Составление различных алгоритмов действий в ЧС природного и техногенного характера.		
	2	Анализ потенциально опасных объекты г.Сыктывкара.		
	3	Анализ влияния уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности на формирование антитеррористического поведения.		
	4	Анализ способов и средств вовлечения подростков в террористическую, экстремистскую деятельность.		
Тема 2.3. Правила безопасности поведения в ситуациях криминогенного характера	Содержание учебного материала		7	
	1	Понятие о преступлении и преступном поведении. Условия, при которых наступает уголовная ответственность. Формы преступного поведения. Виды преступлений.	1	1
	2	Возраст, с которого наступает уголовная ответственность. Особенности уголовной ответственности и наказания совершеннолетних. Виды наказаний, предусмотренные Уголовным кодексом РФ в отношении несовершеннолетних.	1	2
	3	Основные виды преступлений. Категории преступлений. Самые распространенные преступления, разбор по объективной стороне.	1	2
	4	Состав преступления. Элементы состава преступления: объект, объективная сторона, субъект и субъективная сторона.	1	2
	5	Участники уголовного процесса, их права и обязанности. Стадии и участники уголовного процесса. Следственные действия.	1	2
	Практические занятия:		2	
	1	Субъективная сторона преступления и формы вины: умысел и неосторожность, их виды.	1	2
	2	Итоговое занятие по противодействию криминогенных ситуаций. Решений задач по квалификации.	1	3
	Самостоятельная работа студентов:		4	

	1	Анализ стадий совершаемых преступлений.		
	2	Анализ субъективной стороны преступления.		
	3	Организация проведения следственных действий.		
	4	Квалификация деяний.		
<b>Тема 2.4.</b> Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время	Содержание учебного материала		4	
	1	Задачи и основные мероприятия гражданской обороны. Гражданская оборона как составная часть обороноспособности страны. История создания гражданской обороны. Предназначение гражданской обороны.	1	1
	2	Организация мероприятий по защите работающих и населения от негативных ситуаций ЧС. Организация гражданской обороны на территории Российской Федерации.	1	2
	Практические занятия:		2	
	1	Проведение мероприятий РСЧС по защите работающих и населения от негативных ситуаций ЧС.	1	2
	2	Организация гражданской обороны в Гимназии искусств. Силы и средства гражданской обороны. Защитные мероприятия.	1	2
	Самостоятельная работа студентов:		3	
	1	Анализ создания системы ГО в России.		
	2	Анализ защитных мероприятий в области ГО, проводимых в гимназии искусств.		
	3	Составление различных алгоритмов действий при введении военного положения.		
<b>Тема 2.5.</b> Оружие массового поражения и способы защиты	Содержание учебного материала		7	
	1	Ядерное оружие и его боевые свойства. Понятие о ядерном оружии, его классификация. Использование средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения.	1	2
	2	Химическое оружие. Понятие о химическом оружии и боевых токсичных химических веществах (БТХВ). Классификация БТХВ.	1	2

		Признаки поражения БТХВ. Правила безопасного поведения и способы защиты от химического оружия.		
	3	Биологическое оружие. Понятие о бактериологическом (биологическом) оружии, его поражающие факторы и признаки применения. Правила безопасного поведения и способы защиты от бактериологического (биологического) оружия.	1	2
	Практические занятия:		4	
	1	Поражающие факторы ядерного оружия. Правила безопасного поведения и способы защиты от ядерного оружия.	1	2
	2	Способы коллективной защиты населения от оружия массового поражения. Эвакуация и защитные сооружения, как способы коллективной защиты населения.	1	2
	3	Использование средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения. СИЗОД и СИЗК. Их классификация и способы применения.	1	3
	4	Итоговое занятие по гражданской обороне и оружию массового поражения.	1	3
	Самостоятельная работа студентов:		4	
	1	Составление различных алгоритмов защитных действий при использовании оружия массового поражения.		
	2	Анализ поражающих факторов оружия массового поражения по последствиям применения.		
	3	Анализ БТХВ по последствиям применения.		
	4	Моделирование защитных мер при применении оружия массового поражения.		
<b>Раздел 3.</b>	<b>Основы военной службы и обороны государства</b>		20	
<b>Тема 3.1.</b>	Содержание учебного материала		7	
Структура Вооруженных Сил и основные виды	1	История создания Вооруженных Сил России. Организационная структура Вооруженных Сил.	1	1

вооружения в Российской Федерации	2	Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны.	1	2
	3	Воинская служба по призыву и ее особенности.	1	1
	4.	Современные обычные средства поражения армии и флота России. Огневые и ударные средства (боеприпасы). Высокоточное оружие.	1	2
	Практические занятия:		3	
	1	Вооружение армии и флота России. Основные виды вооружения. Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении воинских подразделений.	1	2
	2	Назначение и боевые свойства АК-74.	1	2
	3	Устройство и работа АК-74. Разборка и сборка.	1	3
	Самостоятельная работа студентов:		3	
	1	Анализ исторического развития Вооруженных Сил России .		
	2	Современное вооружение Российской армии и флота.		
	3	История создания АК-74.		
<b>Тема 3.2.</b> Особенности военной службы	Содержание учебного материала		9	
	1	Организация и порядок призыва граждан на военную службу. Понятие о воинской обязанности и военной службе. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Ответственность граждан за невыполнение обязанностей по воинскому учету.	1	1
	2	Поступление на военную службу в добровольном порядке. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание и установленные формы проведения обязательной подготовки граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной	1	1



		подготовки граждан к военной службе.		
	3	Военно-учетные специальности военнослужащих. Статус военнослужащего, военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО.	1	2
	4.	Основные профессионально важные качества военнослужащих. Область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы.	1	2
	5	Как стать офицером Российской армии. Военная служба по призыву как этап профессиональной карьеры. Ориентация на обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах учреждений высшего профессионального образования.	1	2
	Практические занятия:		4	
	1	Призыв на военную службу как стрессовая ситуация. Как противостоять стрессовым ситуациям.	1	2
	2	Личность и социальная роль военного человека. Личность и социальная роль военного человека.	1	2
	3	Самовоспитание, саморегулирование и самоанализ. Самовоспитание и самосовершенствование личности.	1	3
	4	Психологические особенности военной службы. Психическое саморегулирование и самоанализ.	1	3
	Самостоятельная работа студентов:		4	
	1	Особенности организации воинской службы в Республике Коми и г.Сыктывкаре.		
	2	Анализ основных направлений добровольной и обязательной подготовки граждан к военной службе.		
	3	Анализ морально-этических качеств военнослужащих, необходимых для успешной службы.		
	4	Анализ психологических свойств в структуре личности.		

Тема 3.3. Международное гуманитарное право	Содержание учебного материала		3	
	1	Ограничение средств и методов ведения военных действий в МГП. Ограничение средств и методов ведения военных действий в международном гуманитарном праве.	1	2
	2	Международные отличительные знаки, используемые во время вооруженных конфликтов.	1	2
	3	Подготовка к зачету.	1	2
	Самостоятельная работа студентов:		3	
	1	Анализ ограничений военных действий в отношении гражданских лиц.		
	2	Анализ ограничений военных действий в отношении военнопленных и раненых.		
	3	Условия применения международных отличительных знаков в период военных конфликтов.		
	Контрольная работа		1	
Всего		108		
В том числе	обязательная аудиторная учебная нагрузка		72	пр – 3
	самостоятельная работа		36	

### 3. Условия реализации учебной дисциплины

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины предполагает наличие учебного кабинета	Основы безопасности жизнедеятельности <i>[указывается наименование кабинетов, связанных с реализацией дисциплины]</i>
залы	библиотека; читальный зал с выходом в сеть Интернет.

#### 3.2 Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания
	<b>Оборудование учебного кабинета</b>	
1	рабочие места по количеству обучающихся	24
2	рабочее место преподавателя	1
3	Классная доска	1
	<b>Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</b>	
1	Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Базовый уровень: учебник / В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский; под ред. В.Н. Латчука. – М.: Вертикаль – Дрофа, 2015. – 255.	10
2	Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс. Базовый уровень: учебник / В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский; под ред. В.Н. Латчука. – М.: Вертикаль – Дрофа, 2015. – 239.	10
3	Косолапова Н.В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебное пособие для учреждений начального профессионального образования. Электронный учебник.	
4	Л.А. Михайлов, В.П. Соломин, А.Л. Михайлов, А.В. Старостенко и др. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов / - СПб.: Питер. 2006. 302 с.	1
	<b>Печатные пособия</b>	
1	Таблицы	5
2	Плакаты	2
	<b>Цифровые образовательные ресурсы</b>	
1	Презентации	25
2	Диски DVD с учебными фильмами	12

	<b>Экранно-звуковые пособия</b>	
1	Видеофильмы	18
2	Аудиозаписи	3
	<b>Лабораторное оборудование (демонстрационное оборудование)</b>	
1	Противогазы ГП-5	30
2	Костюм ОЗК	1
3	Костюм Л-1	1
4	Макет АК-74	1
5.	Компас	7

#### **Технические средства обучения (пример)**

<b>№</b>	<b>Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения</b>	<b>Примечания</b>
	<b>Технические средства обучения (средства ИКТ)</b>	
1.	Мультимедийный компьютер (ноутбук)	1
2.	Мультимедиа проектор	1
3.	Стол для проектора	1
4.	Экран навесной	1
5.	Аудиосистема	1
6.		

### **3.3. Информационное обеспечение обучения**

#### **Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

##### **Основные источники:**

<b>№</b>	<b>Выходные данные печатного издания</b>	<b>Год издания</b>	<b>Гриф</b>
1			

##### **Дополнительные источники:**

<b>№</b>	<b>Выходные данные печатного издания</b>	<b>Год издания</b>	<b>Гриф</b>
1	Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных федеральными конституционными законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ) // СЗ РФ. — 2009. — № 4. — Ст. 445.	2009	
2	Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (в ред. федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от	2014	

	07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ) «Об образовании в Российской Федерации».		
3	Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).	2012	
4	Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования”».	2012	
5	Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования».	2015	
6	Семейный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 29.12.1995 № 223-ФЗ) (в ред. от 12.11.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 1. — Ст. 16.	1996	
7	Уголовный кодекс Российской Федерации утвержден Федеральным законом от 13.06.1996 № 63-ФЗ) (в ред. от 07.12.2011 ; с изм. и доп., вступающими в силу с 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 25. — Ст. 2954.	1996	
8	Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998.	1998	

	— № 13. — Ст. 1475.		
9	Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.	1994	
10	Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.	1997	
11	Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.	2002	
12	Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.	1996	
13	Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. От 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.	2002	
14	Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.	2011	
15	"Военная доктрина Российской Федерации" (утв. Президентом РФ 25.12.2014 N Пр-2976)	2014	
16	Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.	2004	
17	Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2011. — № 47.	2011	
18	Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об	2012	

	утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2012.		
19	Приказ министра обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.02.2010 № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» (зарегистрировано Минюстом России 12.04.2010, регистрационный № 16866).	2010	
20	Кобяков Ю. П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. — М., 2012.	2012	
21	Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2013.	2013	Реком
22	Митяев А. Книга будущих командиров. — М., 2010.	2010	
23	Назарова Е. Н., Жилов Ю. Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.	2013	
24	Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Базовый уровень: учебник / В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский; под ред. В.Н. Латчука. — М.: Вертикаль - Дрофа, 2015. — 255.	2015	Реком.
25	Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс. Базовый уровень: учебник / В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский; под ред. В.Н. Латчука. — М.: Вертикаль - Дрофа, 2015. — 239.	2015	Реком.
26	Общевойсковые уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2013.	2013	

## Ресурсы Интернет

- Сайт для преподавателей-организаторов и учителей ОБЖ [Электронный ресурс]: база данных. – Режим доступа: <http://mukobg.jimdo.com>
- Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» [Электронный ресурс]: база данных. – Режим доступа: <http://festival.1september.ru/safety/page-1>
- Современный учительский портал [Электронный ресурс]: база данных. – Режим доступа: <http://easyen.ru/load/obzh/373>
- Педсовет. Сообщество взаимопомощи учителей. [Электронный ресурс]: база данных. – Режим доступа: <http://pedsovet.su/load/96>
- Система 112. [Электронный ресурс]: база данных. – Режим доступа: [http://sos112.ru/advisory/pre-medical\\_help/first\\_aid/](http://sos112.ru/advisory/pre-medical_help/first_aid/)
- Спас Экстрим. [Электронный ресурс]: база данных. – Режим доступа: <http://www.spas-extreme.ru/mediateka>
- Книги по ОБЖ. [Электронный ресурс]: база данных. – Режим доступа: [http://nashol.com/knigi-po-obj/#po\\_klassam\\_99999](http://nashol.com/knigi-po-obj/#po_klassam_99999) (



## 4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

### 4.1 Банк средств для оценки результатов обучения

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Оценочные средства составляются преподавателем самостоятельно при ежегодном обновлении банка средств. Количество вариантов зависит от числа обучающихся.

№	Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
	<b>Освоенные умения</b>	
	организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;	выполнение последовательных действий по защите населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций
	предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;	предвидение и обоснование возможных опасностей и последствий от них в своей профессиональной и повседневной деятельности
	использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;	выполнение действий по умелому использованию средств индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения
	применять первичные средства пожаротушения;	определение и использование первичных средств 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;	нахождение необходимой информации в установлении схожих специальностей из перечня военно-учетных профессий, а также умение использовать профессиональные знания при исполнении военной службы
	владеть способами бесконфликтного	нахождение и применение

	общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;	различных способов бесконфликтного общения
	оказывать первую (доврачебную) медицинскую помощь.	выполнение мероприятий по оказанию первой помощи
	<b>Усвоенные знания</b>	
	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;	формулирование основных принципов, установление причинной связи между ЧС и наступлением негативных последствий
	основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;	распознавание потенциальных опасностей и возможных последствий в профессиональной и повседневной деятельности
	основы военной службы и обороны государства;	нахождение необходимой информации в области обороны государства
	задачи и основные мероприятия гражданской обороны, способы защиты населения от оружия массового поражения;	формулирование целей, задач и мероприятий ГО, нахождение способов защиты от оружия массового поражения
	меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;	составление алгоритма безопасного поведения при возникновении пожара
	организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;	нахождение необходимой информации по организации и прохождению военной службы
	основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;	нахождение необходимой информации в области современного вооружения и военно-учетных специальностей
	область применения получаемых профессиональных знаний при	формулирование основных профессиональных знаний,

	исполнении обязанностей военной службы;	необходимых для выполнения обязанностей военной службы
	порядок и правила оказания первой (доврачебной) медицинской помощи.	составление последовательности правил оказания первой помощи

## 4.2 Примерный перечень вопросов и заданий для проведения промежуточной аттестации

### I. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ.

**Задание А. Выберите один правильный ответ:**

**1. Кто может оказывать первую помощь?**

- А) Только человек, имеющий высшее медицинское образование.
- Б) Только работник медицины, имеющий среднее или высшее медицинское образование.

В) Любой человек, оказавшийся рядом с пострадавшим.

Г) Работники медицины, МЧС и полиция.

**2. Что такое механическое повреждение покрова тела, нередко сопровождающееся нарушением целостности мышц, нервов, крупных сосудов, костей, внутренних органов, полостей и суставов?**

А) Кровотечение.

Б) Рана.

В) Травма.

Г) Асфиксия.

**3. Как называется комплекс мероприятий, направленных на предупреждение попадания микробов в рану?**

А) Антисептика.

Б) Асфиксия.

В) Анафилаксия.

Г) Асептика.

**4. Как называется комплекс методов, направляемых на борьбу и уничтожение микробов в ране?**

А) Антисептика.

Б) Асфиксия.

В) Анафилаксия.

Г) Асептика.

**5. Какая травма не относится к закрытым повреждениям?**

А) Растяжение мышц голени.

Б) Капиллярное кровотечение из носа.

В) Вывих сустава на руке.

Г) Ушиб мягких тканей лица.

**6. Какая травма не относится к открытым повреждениям?**

А) Растяжение мышц голени.

Б) Капиллярное кровотечение из носа.

В) Открытый перелом пальца руки.

Г) Артериальное кровотечение в области бедра.

**7. Какая повязка накладывается при повреждении затылка?**

А) Крестообразная.

Б) Спиралевидная.

В) Пращевидная.

Г) Давящая.

**8. Для каких целей используется перманганат калия (марганцовка)?**

А) Наружно в водных растворах для полоскания горла.

Б) Наружно в водных растворах для промывания ран.

В) Для присыпки открытой раны.

Г) Во всех перечисленных случаях.

**Задание Б. Ответьте на вопросы:**

**9. Перечислите основные перевязочные материалы?**

(бинты: марлевый, эластичный, трубчатый; стерильные салфетки, вата, лейкопластырь, индивидуальный перевязочный пакет)

**10. Перечислите основные дезинфицирующие средства.**

(перекись водорода, настойка йода, бриллиантовая зелень)

**Задание В. Найдите правильный ответ и запишите к цифре соответствующую букву.**

Средства из аптечки	Для чего может пригодиться
1. Стерильные марлевые салфетки.	А. Для обработки краев раны.
2. Раствор йода.	Б. Остановки артериального кровотечения.
3. Жгут.	В. Для прикрытия раны
4. Перекись водорода.	Г. В качестве наружного перевязочного средства при капиллярном кровотечении.
5. Лейкопластырь.	Д. Для обработки раны.

(1В, 2А, 3Б, 4Д, 5Г)

## II. ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ.

**Задание А. Выберите один правильный ответ:**

**1. Как называется кровотечение, при котором кровь возникает при мельчайших повреждениях кровеносных сосудов, вытекает каплями?**

А) Венозное.

Б) Артериальное.

В) Капиллярное.

Г) Паренхиматозное.

**2. Каким образом останавливают венозное кровотечение?**

А) Простым прижатием пальца.

Б) При помощи давящей повязки.

В) При помощи жгута.

Г) При помощи бинта или лейкопластыря.

**3. На какое максимальное время можно накладывать жгут в летнее время?**

А) На 1 час.

Б) На 2 часа.

В) На 2,5 часа.

Г) На 1,5 часа.

**4. На какое максимальное время можно накладывать жгут в зимнее время?**

А) На 1 час.

Б) На 2 часа.

В) На 2,5 часа.

Г) На 1,5 часа.

**5. Каким образом наиболее эффективней остановить артериальное кровотечение на предплечье?**

А) Наложением жгута в верхней части предплечья.

Б) Путем максимального сгибания в локтевом суставе с прижатием плотного валика.

- В) Наложением жгута в нижней части плеча.  
Г) Путем максимального отвода руки назад и ее фиксации.

**6. На какую часть плеча нельзя накладывать жгут?**

- А) На верхнюю часть.  
Б) На нижнюю часть.  
В) На среднюю часть.  
Г) Все ответы верные.

**7. Как правильно остановить кровотечение на сонной артерии?**

- А) Давящая повязка на рану с упором приподнятой противоположной руки.  
Б) При помощи жгута вокруг шеи.  
В) Давящая повязка вокруг шеи.  
Г) При помощи марлевого бинта, лейкопластыря или индивидуального

перевязочного пакета.

**8. Как правильно остановить кровотечение при полном отрыве ноги?**

- А) Наложить жгут на живот.  
Б) Наложить жгут на бедро целой ноги.  
В) Путем прижатия артерии на целой ноге.  
Г) Путем прижатия брюшной части аорты.

**Задание Б. Составьте алгоритм правильных и последовательных действий при следующих обстоятельствах:**

**9. В походе ваш товарищ упал с обрыва и сильно порезал о куст руку. Из раны в нижней части плеча брызгами вытекала кровь алого цвета. Аптечки у вас нет.**

*(у товарища артериальное кровотечение: прижать артерию выше раны кулаком у подмышечной области, выше раны на 3-5 см наложить импровизированный жгут из любой веревки, закрутив рычагом, наложить на рану чистую ткань и перевязать подручными материалами, на перевязку вложить записку с указанием времени остановки кровотечения, руке придать возвышенное положение конечности, доставить в больницу)*

**10. У вашего знакомого сильное кровотечение из носа.**

*(наклонить вперед, зажать крылья носа к перегородке, холод, марлевый или ватный тампон, смоченный перекисью водорода, если кровь не останавливается 20-30 минут, вызвать скорую медицинскую помощь)*

**11. У вашего знакомого сильное кровотечение из раны (кровь красная, течет ручейком).**

*(обработать рану перекисью водорода, края раны обработать раствором йода или бриллиантовой зеленью, наложить стерильную салфетку и туго забинтовать бинтом, придать приподнятое положение поврежденной конечности, вызвать скорую медицинскую помощь)*

**12. В походе ваш товарищ упал с обрыва и сильно порезал о куст ногу. Из раны на ноге в области голени вытекала ручейком кровь темно-бордового цвета. Аптечки у вас нет.**

*(у товарища венозное кровотечение: наложить на рану чистую ткань, поверх положить импровизированный валик и туго перевязать подручными материалами, ноге придать возвышенное положение конечности, доставить в больницу)*

**Задание В. Заполните таблицу:**

**13. Укажите виды наружного кровотечения и их признаки.**

№	Виды наружного кровотечения	Признаки кровотечения
1	Капиллярное	Кровь сочится по всей поверхности раны.
2	Венозное	Кровь темно-бордового цвета, вытекает ручейком непрерывно.
3	Артериальное	Кровь алого цвета, фонтанирует, вытекает пульсирующей струей.

**14. Укажите причины внутреннего кровотечения и его признаки.**

Причины внутреннего кровотечения	Признаки кровотечения
<i>Сильные ушибы, падения с высоты, придавливание, ДТП, и пр.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- посинение кожи, боль и припухлость в области повреждения,</li> <li>- чувство волнения и беспокойства,</li> <li>- учащенный слабый пульс,</li> <li>- частое дыхание,</li> <li>- бледная кожа, прохладная и влажная на ощупь,</li> <li>- тошнота и рвота,</li> <li>- жажда,</li> <li>- снижение уровня сознания,</li> <li>- падение артериального давления,</li> <li>- кашель с кровью.</li> </ul>

**Задание Г. Ответьте на вопрос:**

**15. Укажите как следует поступить, когда время наложения жгута истекло, а пострадавший не доставлен в больницу.**

*(придавить рукой артерию выше наложения жгута, расслабить тихонько жгут и наложить его в другом месте – чуть выше, вкладывают записку с указанием времени, максимум на 1 час).*

**16. Укажите правила наложения жгута.**

*(жгут накладывается: в исключительных случаях при артериальном кровотечении, на одежду или ткань выше раны на 3-5 см, сильно растягивают и накладывают с середины, концы фиксируют, вкладывают записку с указанием времени, максимум на 1,5 часа летом и на 1 час зимой).*

**17. Какие могут быть осложнения при наложении жгута?**

*(поражение нервов – паралич конечностей, омертвление конечности ниже жгута)*

**18. Сколько примерно у взрослого человека литров крови и потеря какого количества крови может привести к смерти человека?**

*(у взрослого человека около 5-6 литров крови, потеря 2-х литров может привести к смерти)*

**Задание Д. Практическое задание (ситуационные задачи по имитированию оказания первой помощи):**

**СИТУАЦИОННАЯ ЗАДАЧА №1.**

Во время похода с классом, ученик 7 класса Сергей залез на дерево и сорвался с ветки. Когда к нему подбежали друзья, Сергей объяснил, что при падении он ударился носом, из которого сильно текла кровь.

1. Определите вид травм и алгоритм оказания первой помощи.
2. Проведите мероприятия по оказанию первой помощи на ком-либо из вашего класса.

**СИТУАЦИОННАЯ ЗАДАЧА №2.**

Во время похода с классом, ученик 8 класса Алексей пробежал через густые заросли деревьев. Когда к нему подбежали друзья, Алексей объяснил, что сильно поцарапался рукой. Из раны предплечья вытекала ручейком кровь темно-бордового цвета.

1. Определите вид травм и алгоритм оказания первой помощи.
2. Проведите мероприятия по оказанию первой помощи на ком-либо из вашего класса.

**СИТУАЦИОННАЯ ЗАДАЧА №3.**

Во время игр на крышах гаражей, ученик 8 класса Евгений не удержал равновесие и упал с 2-х метровой высоты на металлический штырь. Когда к нему подбежали друзья, то увидели, что у Евгения на левом плече имеется рана, из которой брызгала кровь ярко-

алого цвета. Он жаловался на боль в области плеча левой руки, которую он не мог пошевелить.

1. Определите вид травмы и алгоритм оказания первой помощи.
2. Проведите мероприятия по оказанию первой помощи на ком-либо из вашего класса.

#### СИТУАЦИОННАЯ ЗАДАЧА №4.

Во время автобусной экскурсии 9 класса произошла авария. Разбитые стекла разлетелись по салону автобуса и повредили одному из воспитанников Владимиру шею с левой стороны. Из раны хлынула кровь ярко-красного цвета. Кроме того, во время аварии, он порезал ладонь о стекло, и из раны вытекала каплями кровь красного цвета.

1. Определите вид травм и алгоритм оказания первой помощи.
2. Проведите мероприятия по оказанию первой помощи на ком-либо из вашего класса.

### III. ОСНОВЫ КОМПЛЕКСНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

1. МЧС даёт гражданам следующие рекомендации, как правильно действовать при возникновении пожара в здании.



Пользуясь рисунком, сформулируйте и поясните каждую рекомендацию.

Правильный ответ должен содержать рекомендации и соответствующие пояснения, например:

- 1) вызвать экстренную службу (специалисты смогут быстро справиться с огнём);
- 2) попытаться эвакуироваться, используя установленную схему спасения (необходимо выйти из задымлённого горящего помещения и продвигаться к безопасному выходу из здания);
- 3) спуститься по лестнице и выйти на улицу (это позволит оказаться в относительной безопасности).

Рекомендации могут быть приведены в иной, близкой по смыслу форме. Могут быть даны иные пояснения

2. Найдите соответствующую пару каждого утверждения по рекомендациям, чтобы не стать жертвой мошенника и запишите их.

1. Никогда не принимайте предложения совершить сомнительную сделку,	А. предлагающих товар по заниженной цене.
2. Остерегайтесь незнакомых людей,	Б. даже если уверены в успехе.
3. При покупке или обмене валюты пользуйтесь	В. посторонним людям.
4. Не доверяйте свои вещи	Г. услугами обменных пунктов или банков.
5. Не принимайте участие	Д. даже если она кажется вам выгодной.
6. Не соглашайтесь играть в азартные игры,	Е. в сомнительных розыгрышах призов.

Ответ: 1Д, 2А, 3Г, 4В, 5Е, 6Б.

3. Запишите пропущенные слова. Чтобы уцелеть в толпе людей, необходимо -

А) находясь в толпе, избегать её \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_.

Б) избегать всего \_\_\_\_\_ в пути, иначе вас могут раздавить.

В) не цепляться ни за что руками, согнуть их в локтях и

Г) если вы все же упали, нужно \_\_\_\_\_.

Д) если подняться невозможно, \_\_\_\_\_.

Ответ: А) центра и края, Б) неподвижного, В) прижать к корпусу тела, Г) немедленно защитить голову руками и встать, Д) сгруппируйтесь.

4. Укажите не менее 3-х профилактических правил безопасности, чтобы не стать объектом хулиганского нападения.

5. Перечислите не менее 3-х рекомендаций (правил), которые могут обеспечить вашу безопасность от поражения электрическим током дома.

6. Запишите правильный алгоритм действий в следующей ситуации.

Находясь дома, вы почувствовали запах газа и вспомнили, что 20 минут назад поставили подогреваться на газовую плиту суп. Зайдя на кухню, вы заметили, что огонь в конфорке отсутствует. Каковы будут ваши действия в подобной ситуации?

Ответ:

1. Выключить конфорки газовой плиты или перекрыть газовый вентиль;
2. Открыть окна, балкон, чтобы проветрить помещение.

7. Запишите правильный алгоритм действий по эвакуации из вашей квартиры на улицу при пожаре в соседней квартире этажом выше с небольшим задымлением в подъезде.

Ответ:

1. Защитить органы дыхания и глаза влажной тканью;
2. Взять фонарик;
3. Накрыться плотной влажной тканью и двигаться пригнувшись или ползком;
4. Двигаться вдоль перил или стен;
5. Если попытка выйти на улицу не удалась, вернуться назад в квартиру и плотно закрыть дверь, заткнуть все щели и вентиляцию.

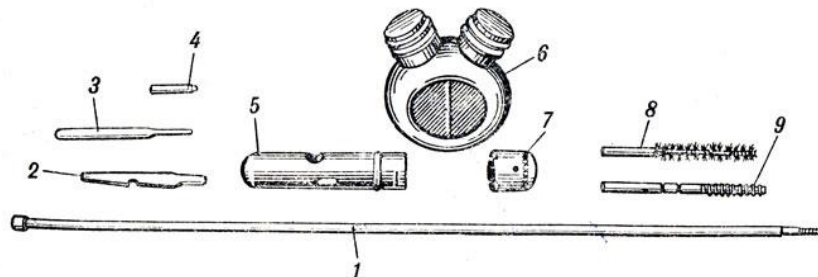
## ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ

### Блок А

№ п/п

Инструкция по выполнению заданий № 1-20: выберите цифру, соответствующую правильному варианту ответа и запишите ее в бланк ответов.

Принадлежность автомата АК-74:



1. Цифрой 5 обозначено:

- 1 - шомпол;
- 2 - масленка;
- 3 - пенал.

2. Чрезвычайные ситуации природного характера - это:

1. Связанные с проявлениями стихийных явлений природы.
2. Связанные с техническими объектами.
3. Связанные с авариями на производстве.

3. Стрелка компаса всегда показывает направление на:

1. Запад;



2. Северо-запад;
3. Север.
  4. Сель - это:
    1. Временный поток смеси воды и горных пород после обильных дождей;
    2. Масса снега, падающая с крутых склонов;
    3. Длительный и очень сильный ветер.
  5. Цунами - это:
    1. Морские волны большой величины, возникающие в результате сдвига морского дна.
    2. Затопление водой местности в результате ливней и продолжительных дождей.
    3. Проникновение воды в подвалы зданий через канализационную сеть.
  6. Чрезвычайные ситуации техногенного характера – это:
    1. Взрывы и аварии на опасных химических объектах.
    2. Землетрясения и наводнения.
    3. Оползни, сели и ураганы.
  7. Авария – это:
    1. Повреждение машины, оборудования, транспортного средства, здания или сооружения.
    2. Землетрясение, цунами.
    3. Пожар, извержение вулкана.
  8. При обнаружении пожара в квартире в первую очередь:
    1. Немедленно вызвать пожарных по телефону «01»;
    2. Бежать к соседям;
    3. Выйти на балкон и звать на помощь.
  9. Эпидемия - это:
    1. Широкое распространение инфекции среди людей.
    2. Широкое распространение инфекции среди растений.
    3. Широкое распространение инфекции среди животных.
  10. Действие ядерного оружия основано на:
    1. Отравляющих свойствах некоторых химических веществ;
    2. Использовании внутриядерной энергии;
    3. Использовании болезнетворных свойств микробов и токсичных продуктов.
  11. Виды оружия на новых физических принципах:
    1. Химическое и бактериологическое;
    2. Ядерное и высокоточное;
    3. Лучевое, радиочастотное и инфразвуковое.
  12. Военная должность в Военно-Воздушных Силах РФ:
    1. Авиационный механик;
    2. Машинист-турбинист подводной лодки;
    3. Наводчик артиллерийского орудия.
  13. Правила наложения жгута :
    1. Жгут накладывают выше раны на расстоянии 5-7 см;
    2. Жгут накладывают ниже раны на расстоянии 5-7 см;
    3. Жгут накладывают на рану;
  14. Основание для прибытия в военкомат в период призыва на военную службу является:
    1. Телефонный звонок дежурного из военкомата.
    2. Повестка из военкомата.
    3. Долг и совесть призывника.
  15. Призывной возраст граждан РФ:
    1. 19-26 лет.
    2. 17-28 лет
    3. 18-27 лет.
  16. Общее руководство Вооруженными силами РФ осуществляет:

1. Министр обороны РФ.
2. Верховный главнокомандующий РФ (Президент РФ).
3. Начальник генерального штаба ВС РФ.

17. Дежурный по роте назначается из:

1. Сержантов и, как исключение из числа наиболее подготовленных солдат;
2. Солдат - отличников боевой подготовки;
3. Офицеров роты.

18. Дневальный по роте подчиняется:

1. Дежурному по роте;
2. Только своему командиру отделения;
3. Верховному главнокомандующему (Президенту РФ)

19. Часовой имеют право сменить или снять с поста только:

1. Начальник караула и разводящий, которому подчиняется часовой;
2. Верховный главнокомандующий РФ (Президент РФ).
3. Министр обороны РФ или Начальник генерального штаба ВС РФ.

20. Часовой обязан:

1. Бдительно охранять и оборонять свой пост;
2. Чистить и смазывать вверенное ему оружие на посту;
3. Проверять военное ему имущество внутри хранилищ поста.

#### **Блок Б**

№ п/п

***Инструкция по выполнению заданий № 21-25: в соответствующую строку бланка ответов запишите краткий ответ на вопрос, окончание предложения или пропущенные слова.***

21. «Огневая подготовка - это обучение личного состава Вооруженных Сил по применению ... для поражения целей в бою.»

22. «АК-74 имеет калибр ... мм.»

23. «Автоматическое действие АК-74 основано на использовании энергии ... газов.»

24. «Магазин автомата снаряжается патронами в количестве ... штук.»

25. «Иммобилизация – создание условий ..... для поврежденной или больной части тела»