

Министерство образования и науки Республики Коми

**Государственное профессиональное образовательное учреждение
«Гимназия искусств при Главе Республики Коми» имени Ю.А. Спиридонова**

**Ю.А. Спиридонов нима «Коми Республикаса Юралысь бердын искусство гимназия»
уджсикасö велöдан канму учреждение**

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

**Рабочая программа
учебной дисциплины**

ОУП.01.09 Основы безопасности 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)

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федеральных государственных образовательных стандартов по специальностям

52.02.01 «Искусство балета»

(код, наименование специальности)

Уровень углубленный

подготовки

(базовый или углубленный)

Разработчики

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

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	8
3. Условия реализации учебной дисциплины	22
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	28

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины

Основы безопасности жизнедеятельности

[название дисциплины 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 (народно-сценический танец) [наименование специальности полностью]

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована

только в рамках реализации
специальности

ОУП.01.09

[код]

Основы безопасности
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:

Изучение учебной дисциплины должно обеспечить:

1. сформированность экологического мышления, навыков здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни, понимание рисков и угроз современного мира;
2. знание правил и владение навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;
3. владение умением сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях, а также навыками оказания первой помощи пострадавшим;
4. умение действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- | | |
|----|--|
| 1. | обеспечить свою личную безопасность при угрозе террористического акта; |
| 2. | обеспечить свою личную безопасность в опасной или чрезвычайной ситуации природного, техногенного или социального характера; |
| 3. | владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; |
| 4. | владеть навыками в области гражданской обороны; |
| 5. | пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; |
| 6. | соблюдать здоровый образ жизни, в том числе направленный на поддержание репродуктивного здоровья; |
| 7. | оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе; |
| 8. | использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: ведения здорового образа жизни; оказания первой медицинской помощи; |
| 9. | развитие в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы; обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи. |

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- | | |
|-----|--|
| 1. | основы безопасности личности, общества и государства; |
| 2. | основы комплексной безопасности; |
| 3. | компоненты национальной безопасности России в современном мире, включая особенности современного мира техногенного и социального характера, а также особенности современных международных отношений; |
| 4. | потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; |
| 5. | организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; |
| 6. | основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; |
| 7. | основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций; |
| 8. | организационные и правовые основы борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации; |
| 9. | основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; |
| 10. | факторы, влияющие на репродуктивное здоровье; |
| 11. | правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья; |

12.	основы медицины, необходимые для понимания правил оказания первой медицинской помощи;
13.	основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
14.	состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
15.	порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
16.	основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
17.	основные виды военно-профессиональной деятельности;
18.	особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту, альтернативной гражданской службы;
19.	требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;
20.	предназначение, структуру и задачи РСЧС;
21.	предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.

[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 11. Использовать в профессиональной деятельности умения и знания, полученные обучающимися в ходе освоения учебных предметов и профильных учебных предметов <u>федерального государственного образовательного стандарта</u> среднего общего образования.

Профессиональные из стандарта ФГОС СПО
ПК 1.7. Владеть культурой устной и письменной речи, профессиональной терминологией.

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	29
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
Раздел 1.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.		30	
Тема 1.1. Здоровый образ жизни.	Содержание учебного материала		5	
	1	Понятие о здоровье и ЗОЖ. Сохранение и укрепление здоровья - важное условие достижения высокого уровня жизни. Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасности личности.	1	1
	2	Факторы, разрушающие здоровье человека. Вредные привычки и их влияние на здоровье.	1	2
	3	Инфекции, передаваемые половым путем.	1	2
	4	ВИЧ/СПИД. Характеристика, профилактика и лечение. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью и ВИЧ-инфекцией.	1	2
	5	Беременность и уход за младенцем. Понятие о репродуктивном здоровье. Ранние половые связи. Нежелательная беременность. Аборт и его последствия. Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем. Правила личной гигиены.	1	1
	Практические занятия:		4	
	1	Факторы укрепляющие и разрушающие здоровье. Основные факторы, способствующие укреплению здоровья. Рациональное питание, режим труда и отдыха, двигательная	1	3

		активность, физическая культура и закаливание. Основные составляющие тренированности организма человека: сердечно-дыхательная выносливость, мышечная сила и выносливость, скоростные качества, гибкость.		
	2	Факторы, укрепляющие здоровье человека. Соблюдение личной гигиены и режима дня.	1	3
	3	Семья и ее значение в жизни человека. Семья в современном обществе. Законодательство о семье.	1	3
	4	Факторы, влияющие на гармонию совместной жизни. Формирование правильного взаимоотношения полов.	1	3
	Самостоятельная работа студентов:		3	
	1	Понятие о здоровье и ЗОЖ. Составить таблицу «Составляющие ЗОЖ»	1	
	2	Сравнение различных факторов ЗОЖ по последствиям. Доклады.	1	
	3	Составление эссе по одному из высказываний о семье и семейных взаимоотношений. Творческое задание на тему «Семья».	1	
Тема 1.2. Основы медицинских знаний и оказания первой помощи	Содержание учебного материала		10	
	1	Основы медицины, необходимые для оказания первой помощи.	1	1
	2	Понятие об инфекционном заболевании. Возникновение и распространение инфекционных заболеваний. Классификация инфекционных заболеваний и их внешние признаки. Возникновение и распространение инфекционных заболеваний, пути их передачи. Понятие об иммунитете.	1	2
	3	Первая медицинская помощь при кровотечениях. Отработка приемов остановки кровотечений: пальцевым прижатием; наложением жгута; наложением жгута-закрутки; максимальным сгибанием конечности; наложением давящей повязки. Остановка носового кровотечения. Первая медицинская помощь при большой открытой ране и при незначительных открытых ранениях.	1	2

	4	Закрытые повреждения и их характеристика. Отработка приемов оказания первой медицинской помощи при закрытых повреждениях: ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах.	1	2
	5	Травмы головы и позвоночника. Причины и признаки травм головы и позвоночника. Особенности шинирования при переломах позвоночника; перекладывание пострадавшего с земли на носилки.	1	2
	6	Травматический шок, его причины и последствия. Понятие о травматическом шоке, его причины и последствия. Признаки травматического шока. Основные правила оказания первой медицинской помощи при травматическом шоке.	1	2
	7	Первая медицинская помощь при попадании в дыхательные пути инородных тел.	1	2
	8	Неинфекционные заболевания.	1	1
	9	Признаки острой сердечной недостаточности и инсульта.	1	2
	10	Оказание первой помощи при остановке сердца.	1	2
	Практические занятия:		4	
	1	Наиболее распространенные инфекционные заболевания и их профилактика.	1	3
	2	Приемы оказания первой медицинской помощи при переломах конечностей и ребер. Основные принципы и способы транспортной иммобилизации. Отработка приемов оказания первой медицинской помощи при переломах костей верхних и нижних конечностей, переломе ребер. Основные правила оказания первой медицинской помощи при сотрясении головного мозга.	1	3
	3	Реанимационные мероприятия по непрямому массажу сердца и искусственному дыханию. Оказание первой медицинской помощи при остановке сердца. Оказание первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте.	1	3

	4	Итоговое занятие по основам медицинских знаний и здоровому образу жизни.	1	3
	Самостоятельная работа студентов:		4	
	1	Подготовка докладов по теме «Инфекционные заболевания».	1	
	2	Составление заданий по теме «Травматический шок», «Неинфекционные заболевания».	1	
	3	Составление алгоритмов по оказанию первой помощи.	1	
	4	Составление алгоритмов по оказанию реанимационных действий.	1	
Раздел 2.	Безопасность и защита человека в среде обитания.		42	
Тема 2.1 Национальная безопасность России в современном мире.	Содержание учебного материала		4	
	1	Особенности современных международных отношений в мире.	1	1
	2	Государственная концепция противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации. Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества.	1	1
	3	Формирование антитеррористического и антиэкстремистского поведения. Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность. Влияние уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности на формирование антитеррористического поведения. Противодействие стрессовым факторам при теракте.	1	2
	4	Организационные и правовые основы борьбы с наркобизнесом в Российской Федерации. Готовность оказывать помощь государству в противодействии терроризму. Профилактика наркотизма в условиях Республики Коми. ЭСС.	1	2
	Практические занятия:		3	
	1	Ответственность за антиобщественное поведение и за участие в террористической и экстремистской деятельности. Ответственность несовершеннолетних за правонарушения. Уголовный кодекс Российской Федерации об ответственности за антиобщественное	1	2

		поведение, участие в террористической и экстремистской деятельности.		
	2	Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника.	1	2
	3	Ответственность за незаконный оборот наркотических и психотропных веществ. Административная ответственность за антиобщественную деятельность. Уголовный кодекс Российской Федерации об ответственности за незаконный оборот наркотических и психотропных веществ.	1	2
	Самостоятельная работа студентов:		8	
	1	Составление характеристики государственной политики противодействия наркотизму на основе законодательства РФ.	1	
	2	Подготовка сообщений: «Особенности современных международных отношений в мире»	1	
	3	Подготовка сообщений по вопросу: «Формирование у человека антитеррористического поведения»	1	
	4	Анализ КоАП РФ и подготовка докладов по вопросу применения санкций за антиобщественное поведение и за участие в террористической и экстремистской деятельности.	1	
	5	Анализ УК РФ и подготовка докладов по вопросу применения санкций за антиобщественное поведение и за участие в террористической и экстремистской деятельности.	1	
	6	Составление презентации по теме «Действия при захвате в заложники».	1	
	7	Анализ и КоАП РФ и подготовка докладов по вопросу применения санкций за незаконный оборот наркотических и психотропных веществ.	1	
	8	Анализ УК РФ и подготовка докладов по вопросу применения санкций за незаконный оборот наркотических и психотропных веществ.	1	

Тема 2.2. Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного или социального характера.	Содержание учебного материала		3	
	1	Виды и характеристика ЧС природного характера.	1	2
	2	Виды и характеристика ЧС техногенного характера. Потенциально опасные объекты г.Сыктывкара.	1	2
	3	Виды и характеристика ЧС социального характера.	1	2
	Практические занятия:		3	
	1	Обеспечение личной безопасности при чрезвычайной ситуации природного характера. 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	Обеспечение личной безопасности при чрезвычайной ситуации техногенного характера. 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	Обеспечение личной безопасности при чрезвычайной ситуации социального характера. Отработка практических действий по овладению навыками безопасного поведения в социальной среде на улице, в быту, в общественных местах, в местах с большим скоплением людей, с сезонными опасностями в г.Сыктывкаре.	1	3
	Самостоятельная работа студентов:		3	
	1	Подготовка презентаций: «ЧС природного характера, характерные для территории РК»	1	
	2	Подготовка презентаций: «ЧС техногенного характера, характерные для территории РК»	1	
	3	Подготовка презентаций: «ЧС социального характера, характерные для территории РК»	1	

Тема 2.3. Гражданская оборона как система общегосударственных мер по защите населения в условиях ЧС и в военное время	Содержание учебного материала		5	
	1	Предназначение, структура и задачи гражданской обороны.	1	1
	2	Гражданская оборона как составная часть обороноспособности страны. История создания гражданской обороны. Предназначение гражданской обороны. Организация гражданской обороны на территории Российской Федерации.	1	2
	3	Структура и задачи РСЧС. Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ. Содержание и основные виды обеспечения аварийно-спасательных работ в зонах чрезвычайных ситуаций. Санитарная обработка населения после пребывания в зоне заражения.	1	2
	4	Мероприятия по защите населения от ЧС мирного и военного времени. Силы и средства гражданской обороны. Нештатные аварийно-спасательные формирования.	1	2
	5	Основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от ЧС. Прогнозирование и мониторинг чрезвычайных ситуаций. Оповещение и информирование населения об опасностях.	1	2
	Практические занятия:		3	
	1	Организация гражданской обороны в Гимназии искусств. Силы и средства гражданской обороны.	1	2
	2	Средства индивидуальной и коллективной защиты. Средства индивидуальной защиты населения. Средства индивидуальной защиты органов дыхания, их классификация. Назначение, устройство и принцип работы фильтрующих противогазов и респираторов. Средства индивидуальной защиты коней, их классификация и назначение. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций. Понятие о защитных сооружениях гражданской обороны, их	1	3

		классификация и предназначение. Убежища, противорадиационные и простейшие укрытия. Правила поведения в защитных сооружениях.		
	3	Итоговое занятие по организации гражданской обороны в Российской Федерации.	1	3
	Самостоятельная работа студентов:		4	
	1	Изучение ФЗ «О гражданской обороне».	1	
	2	Анализ задач гражданской обороны.	1	
	3	Подготовка рефератов по теме: «Организация гражданской обороны в Гимназии искусств».	1	
	4	Подготовка презентаций по темам: «СИЗ ОД» и «СИЗ К».	1	
Тема 2.4. Законодательные и нормативные правовые акты РФ в области обеспечения безопасности личности, общества и государства.	Содержание учебного материала		1	
	1	Деятельность государственных органов гарантий прав и свобод человека и гражданина, регламентируемых Конституцией РФ. Концепция национальной безопасности Российской Федерации. Краткое содержание законов Российской Федерации: «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О пожарной безопасности», «Об обороне», «О гражданской обороне».	1	1
	Практические занятия:		1	
	1	Основные права и обязанности граждан в законах РФ.	1	2
	Самостоятельная работа студентов:		2	
	1	На основании изучения ФЗ в области безопасности, составьте основные права, предусмотренные данными законами.	1	
	2	На основании изучения ФЗ в области безопасности, составьте основные обязанности, предусмотренные данными законами.	1	
Раздел 3.	Основы прохождения военной службы		36	
Тема 3.1.	Содержание учебного материала		4	

Защита Отечества – долг и обязанность граждан России	1	Законодательство РФ об обороне государства и воинской обязанности граждан. Отражение государственной политики в области обороны государства и воинской обязанности граждан в Конституции Российской Федерации, законах Российской Федерации «Об обороне», «О безопасности», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащих».	1	1
	2	Воинская обязанность и военная служба.	1	2
	3	Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе.	1	1
	4.	Организация и проведение медицинского освидетельствования и медицинского обследования при постановке граждан на воинский учет.	1	2
	Практические занятия:		5	
	1	История создания Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	2
	2	Виды Вооруженных Сил, рода войск. Реформа Вооруженных Сил. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил, рода войск, история их создания и предназначение. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил. Другие войска, их состав и предназначение с учетом концепции государственной политики Российской Федерации по военному строительству.	1	2
	3	Символика Вооруженных Сил Российской Федерации. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена и медали — почетные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги. Система государственных наград в Российской Федерации.	1	3
	4	Боевые традиции и дни славных побед в истории России. Понятие	1	3

		о боевых традициях. Дни славных побед в истории России. Формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях. Понятие о героизме и мужестве, примеры героизма и мужества. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности воинских частей и подразделений.		
	5	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации: приведение к военной присяге, вручение Боевого Знамени воинской части, вручение военным служащим вооружения и военной техники, проводы военным служащим, уволенных в запас или в отставку.	1	3
	Самостоятельная работа студентов:		6	
	1	Составление эссе по теме, связанной с военной тематикой.	1	
	2	Проектная деятельность «История создания ВС России».	3	
	3	Подготовка сообщений о современной реформе в ВС России.	1	
	4	Подготовка презентаций по темам: «Символика Вооруженных Сил Российской Федерации», «Боевые традиции и дни славных побед в истории России», «Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации».	1	
Тема 3.2. Особенности военной службы.	Содержание учебного материала		9	
	1	Правовые основы военной службы. Понятие о воинской обязанности и военной службе. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. 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 подготовки граждан к военной службе.	1	1
	2	Общевойсковые уставы Вооруженных Сил РФ.	1	1
	3	Особенности прохождения военной службы по призыву.	1	2

	Обязанности граждан по воинскому учету. Ответственность граждан за невыполнение обязанностей по воинскому учету. Статус военнослужащего. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Особенности организации воинской службы в Республике Коми и г.Сыктывкаре. Организация и проведение медицинского освидетельствования и медицинского обследования при постановке граждан на воинский учет. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.		
4.	Особенности прохождения военной службы по контракту. Вопросы защиты Отечества в Конституции Российской Федерации и федеральных законах: «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащих». Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации - закон воинской жизни. Права военнослужащих. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.	1	2
5	Альтернативная гражданская служба. Требования, предъявляемые к гражданам, направленным для прохождения альтернативной гражданской службы.	1	2
6	Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Военнослужащий - подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Принцип единоначалия в Вооруженных Силах.	1	2
7	Ответственность военнослужащих (дисциплинарная, административная, материальная, уголовная).	1	2

	8	Военная служба по призыву как этап профессиональной карьеры. Ориентирование на овладение военно-учетными специальностями. Ориентация на обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах учреждений высшего профессионального образования.	1	2
	9	Как стать офицером Российской армии. Основные виды образовательных учреждений военного профессионального образования. Правила приема граждан в учреждения военного профессионального образования.	1	2
	Практические занятия:		6	
	1	Особенности выполнения воинского долга в Афганистане и Чеченской Республике. Героические подвиги жителей Республики Коми.	1	2
	2	Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил РФ. Военная форма одежды.	1	2
	3	Призыв на военную службу как стрессовая ситуация.	1	3
	4	Личность и социальная роль военного человека. Психологические свойства в структуре личности. Морально-этические качества военнослужащих.	1	3
	5	Самовоспитание, саморегулирование и самоанализ.	1	3
	6	Психологические особенности военной службы.	1	3
	Самостоятельная работа студентов:		6	
	1	Подготовка сообщений по темам «Прохождение военной службы по призыву: особенности, сроки», «Прохождение военной службы по контракту: особенности, сроки».	1	
	2	Подготовка докладов по теме «Уставы ВС РФ». Творческая работа - воинские и корабельные звания военнослужащих ВС России.	2	
	3	Составление таблицы ВУЗов и специальностей, которые они	2	

		подготавливают (воинской и гражданской).		
	4	Составление рекомендаций сознательного воспитания в себе положительных качеств, социально ценимых с морально-нравственной точки зрения.	1	
	Контрольная работа		2	
		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
Оборудование учебного кабинета		
1	рабочие места по количеству обучающихся	24
2	рабочее место преподавателя	1
3	Классная доска	1
Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)		
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
Печатные пособия		
1	Таблицы	5
2	Плакаты	2
Цифровые образовательные ресурсы		
1	Презентации	25
2	Диски DVD с учебными фильмами	12

	Экранно-звуковые пособия	
1	Видеофильмы	18
2	Аудиозаписи	3
	Лабораторное оборудование (демонстрационное оборудование)	
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)

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания
	Технические средства обучения (средства ИКТ)	
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:

№	Выходные данные печатного издания	Год издания	Гриф
1	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.	2015	Реком.
2	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.	2015	Реком.

Дополнительные источники:

№	Выходные данные печатного издания	Год	Гриф
---	-----------------------------------	-----	------

		издания	
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 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».	2014	
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 №	1996	

	223-ФЗ) (в ред. от 12.11.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 1. — Ст. 16.		
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. — № 13. — Ст. 1475.	1998	
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	2011	

	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.		
18	Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об 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.	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., Жиллов Ю. Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.	2013	
24	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/
- 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 (

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
	Освоенные умения	
1	оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья;	Понимание личной и общественной безопасности жизнедеятельности. Формирование антиэкстремистской и антитеррористической личной позиции.
2	действовать в чрезвычайных ситуациях;	Знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуациях.
3	использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;	Умение пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты.
4	оказывать первую медицинскую (доврачебную) помощь пострадавшим;	Умение оказать первую помощь пострадавшим.
5	владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	Знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.
	Усвоенные знания	
1	о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;	Формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и

		государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях ЧС природного, техногенного и социального характера.
2	о здоровье и здоровом образе жизни;	Формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни. Формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью.
3	о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;	Понимание роли государства и законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма. Понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества.
4	предназначение, структуру, задачи гражданской обороны.	Знание законодательства о гражданской обороне. Понимание роли необходимости защиты населения в условиях ЧС и при ведении военных действий.

4.2 Примерный перечень вопросов и заданий для проведения промежуточной аттестации

ВОПРОСЫ и ЗАДАНИЯ

Опрос направлен на объективное установление фактического освоения обучающимися следующих разделов:

- национальная безопасность России в современном мире;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального характера.

1 вариант

Инструкция для части А:

Перед вами задания на составление алгоритма дальнейших правильных действий, направленных на сохранение жизни и здоровья в условиях ЧС. Вам необходимо записать ваши последовательные действия в данных ситуациях. За безошибочное решение каждого задания части А выставляется 2 балла. Решение с незначительными недочетами или с ошибками в последовательности действий оценивается в 1 балл. За составление неверного алгоритма или его отсутствие ставится 0 баллов. Максимальное количество баллов по части А – 14 баллов.

Часть А.

1. Предположите, что в вашем городе случилось землетрясение. Разрушено много домов. Ваш дом (панельный) устоял, но получил серьезные повреждения: кое-где обрушились этажи, лестничные марши, разбиты стекла на окнах. Ваша квартира находится на 3-м этаже. Начинается дождь, темнеет. Вдали виднеется сарай.

2. Вы проживаете в селеопасном районе. Находясь дома, вы услышали по радио сообщение об угрозе схода селя. У вас в запасе 30 минут.

3. Находясь дома один, вы услышали крики соседей о приближении урагана. Радио и телевидение не работают. Выглянув в окно, вы определили, что ураган приближается к вашему дому. Подвала в доме нет. На расстоянии примерно 100 метров от дома есть глубокий овраг.

4. Трое друзей выехали на рыбалку. Взяли удочки, надувную лодку, запас продуктов питания. Река находится в 50 км от города. На берегу реки на небольшой возвышенности они расположились на ночлег. Развели костер и легли отдохнуть. Под утро их разбудил тревожный голос товарища: «Подъем! Вода прибывает». Вокруг места ночлега много воды, река вышла из берегов. Невдалеке, в метрах 200, виднеется холм, на котором видны какие-то постройки.

5. Вы в группе из 10 туристов остановились в лесу на привале около ручья. Стояла невыносимая жара, все очень устали и руководитель принял решение разбить лагерь. Быстро поставили палатки, развели костер, сварили обед, поели. После обеда ребята залезли в палатки и уснули. Внезапно спящих разбудили крики: «Пожар! Огонь!» Все выскочили из палаток. Вокруг горели трава и кусты. Огонь распространился на деревья. Дым был повсюду, на расстоянии 15-20 метров почти ничего не было видно. Стало трудно дышать.

6. Представьте, что вы проживаете на 5-м этаже девятиэтажного дома, расположенного в 6 км от химического предприятия. В 19 часов вы услышали по радио сообщение об аварии на этом предприятии, в котором сообщалось, что произошел выброс

хлора и жителям, проживающим на вашей улице, необходимо срочно покинуть дома и собраться на сборном пункте у автовокзала для последующей эвакуации. У вас имеется 20 минут, чтобы покинуть дом.

7. Представьте, что, находясь дома, вы увлеклись просмотром кинофильма. Внезапно передачу прервали, и управление ГОЧС города передало экстренное сообщение об аварии на АЭС и повышении радиационного фона до 120 мР/ч. Жителям города рекомендовано оставаться в своих домах (квартирах).

Инструкция для части В:

Перед вами два задания на составление утверждений на поставленные вопросы. За наиболее полные и правильные ответы каждого задания части В выставляется 3 балла. Ответы не полные и с незначительными недочетами оцениваются в 2 балла или 1 балл. За неправильные ответы или их отсутствие ставится 0 баллов. Максимальное количество баллов по части В – 6 баллов.

Часть В.

1. Ответьте на вопрос и приведите не менее 5-ти своих доводов.

Почему в современном мире идеология терроризма и экстремизма находит свое применение?

2. Ответьте на вопрос и приведите не менее 5-ти своих доводов.

Как простому человеку противостоять вовлечению в террористическую и экстремистскую деятельность?

2 вариант

Инструкция для части А:

Перед вами задания на составление алгоритма дальнейших правильных действий, направленных на сохранение жизни и здоровья в условиях ЧС. Вам необходимо записать ваши последовательные действия в данных ситуациях. За безошибочное решение каждого задания части А выставляется 2 балла. Решение с незначительными недочетами или с ошибками в последовательности действий оценивается в 1 балл. За составление неверного алгоритма или его отсутствие ставится 0 баллов. Максимальное количество баллов по части А – 14 баллов.

Часть А.

1. Предположите, что во время землетрясения вы не успели эвакуироваться из квартиры, которая расположена на 2-м этаже пятиэтажного дома. Здание получило серьезные повреждения, частично разрушено. Вы попали под завал, и вам придавило ногу упавшей конструкцией. Ногу вы освободили, шевелить пальцами и ступней ноги можете. В помещении есть немного свободного пространства. Выход из помещения заблокирован упавшими обломками.

2. Во время прохождения лавиноопасного участка в горах вы с группой туристов увидели внезапный сход снежной лавины. Опасность попадания в лавину велика.

3. Находясь за городом, вы увидели приближающуюся бурю. До ближайшего дома примерно 300 метров и вы, скорее всего, не успеете добежать. Вокруг вас луга с возвышенностями и низинами.

4. Вы живете в зоне подтопления весеннего половодья. В середине апреля вам сообщили, что в ближайшее время (1-2 дня) вода сильно прибудет и затопит территорию, на которой стоит ваш дом.

5. Вы пошли в августе за грибами в лес. Лето выдалось очень жарким. Увлечшись сбором грибов, вы не заметили как попали в зону небольшого задымления. Дым исходил из земли и вам необходимо было перейти задымленный участок, чтобы выйти к населенному пункту. Огня видно не было.

6. Представьте, что вы проживаете неподалеку от железнодорожной станции. На станции остановился товарный поезд, в котором находится несколько цистерн с химическим веществом. Вы проходили недалеко от станции в парк и не обратили внимание на надпись с наименованием химического вещества. В парке вы встретили

друга и разговорились с ним. Неожиданно вы почувствовали резкий удушливый запах, появилась резь в глазах, слезотечение, насморк, участилось сердцебиение. Определите какое вещество оказалось в воздухе.

7. Представьте, что при проживании в районе с повышенным радиационным фоном и радиоактивным загрязнением местности, сложившимися в результате аварии на АЭС, вам по необходимости приходится выйти на улицу (открытую местность) и следовать на сборный пункт для дальнейшей эвакуации.

Инструкция для части В:

Перед вами два задания на составление утверждений на поставленные вопросы. За наиболее полные и правильные ответы каждого задания части В выставляется 3 балла. Ответы не полные и с незначительными недочетами оцениваются в 2 балла или 1 балл. За неправильные ответы или их отсутствие ставится 0 баллов. Максимальное количество баллов по части В – 6 баллов.

Часть В.

1. Ответьте на вопрос и приведите не менее 5-ти своих доводов.

Почему для общества терроризм и экстремизм считается злом?

2. Ответьте на вопрос и приведите не менее 5-ти своих доводов.

Что поможет сформировать антитеррористическое поведение у человека?

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ:

Оценка	Баллы
5	18-20
4	15-17
3	10-14
2	9 и менее

КАРТА ОТВЕТОВ.

А			
1	1) приготовить и взять документы, одежду и еду; 2) пойти к сараю, чтобы переночевать и спрятаться от дождя; 3) если холодно и нет запаха газа, можно развести костер; 4) попробовать найти знакомых (родственников, друзей).	2	1) оказать себе посильную помощь, растирая придавленную ногу; 2) установить подпорки под конструкцию над собой; 3) найти теплые вещи (одежду, одеяло, плед) и одеть (накрыться); 4) звать на помощь (стучать, кричать, хлопать).
2	1) взять документы; 2) предупредить соседей; 3) уйти на склон горы, поднимаясь вверх.	2	1) укрыться за скалой или за ее выступом; 2) лечь и прижаться к земле, закрыв голову руками.
3	1) закрыть двери и все окна; 2) отойти от окон; 3) остаться в доме и спрятаться в безопасном месте с подветренной стороны.	2	1) добежать до ближайшей низинки (канавы), лечь на землю и прикрыть руками голову; 2) подождать, когда утихнут порывы ветра; 3) перебежать в дом и укрыться в нем.
4	1) быстро собрать необходимые вещи; 2) сесть в лодку, доплыть до холма, где видны постройки; 3) залезть на постройки и подавать сигналы бедствия.	2	1) перенести на верхние этажи ценные предметы; 2) взять документы, деньги, вещи и скоропортящиеся продукты с собой; 3) перекрыть воду, газ, электричество; 4) укрепить двери и окна 1-го этажа; 5) направиться на эвакуационный пункт.
5	1) пригнуться к земле, защищая рот и нос тканью;	2	Это торфяной пожар. 1) закрыть рот и нос влажной тканью;

	2) пробраться к ручью и идти по нему от огня против ветра; 3) смочить водой ткань и дышать через нее; 4) выйдя к населенному пункту, сообщить о пожаре взрослым.		2) взять длинный шест; 3) двигаться прощупывая перед собой возможные пустоты шестом; 4) двигаться по возможности против ветра.
6	1) закрыть все окна и форточки; 2) взять необходимые вещи и документы; 3) взять 3-хдневный запас еды; 4) надеть простейшие средства защиты (ВМП смочить раствором пищевой соды); 5) закрыть за собой дверь и выдвигаться к автовокзалу.	2	Это аммиак. 1) прикрыть рот, нос и глаза, закрыть кожные покровы подручной одеждой; 2) выходить из зоны заражения перпендикулярно направлению ветра; 3) выйдя из зоны заражения, снять одежду, принять душ, тщательно промыть глаза и прополоскать рот.
7	1) закрыть все окна и двери; 2) провести герметизацию помещения; 3) защитить продукты питания, сделать запас воды (в герметичных пакетах); 4) провести йодную профилактику; 5) ждать дальнейшую информацию.	2	1) провести йодную профилактику; 2) отключить газ, воду, электричество; 3) взять документы в герметичном пакете; 4) надеть средства индивидуальной защиты – простейшие (защитить кожу, рот, нос и глаза); 5) по выходу из радиоактивной зоны: снять всю верхнюю одежду и обувь; 6) принять душ с мылом.
В 1. 5 доводов: Почему в современном мире идеология терроризма и экстремизма находит свое применение? 2. 5 доводов: Как простому человеку противостоять вовлечению в террористическую и экстремистскую деятельность?		3 3	В 1. 5 доводов: Почему для общества терроризм и экстремизм считается злом? 2. 5 доводов: Что поможет сформировать антитеррористическое поведение у человека?

КЕЙСЫ

«Оказание первой помощи при различных травмах»

1.У пострадавшего сильно течет кровь из носа.	2.У пострадавшего в результате сильного удара при ДТП большая рана на предплечье, откуда медленно вытекает кровь красного цвета.	3.У пострадавшего в результате сильного пореза глубокая рана на ладони, откуда медленно вытекает кровь красного цвета.
4.У пострадавшего в результате аварии и пореза образовалась глубокая рана в области предплечья, откуда вытекает кровь темно-бордового цвета.	5.У пострадавшего в результате падения на него сзади стекла, образовался порез в области голени, откуда вытекает кровь темно-бордового цвета.	6.У пострадавшего в результате падения и пореза образовалась глубокая рана в области кисти (сверху), откуда вытекает кровь темно-бордового цвета.
7.У пострадавшего в результате пореза в области голени, из раны толчками фонтанирует кровь алого цвета.	8.У пострадавшего в результате пореза в области шеи, из раны толчками фонтанирует кровь алого цвета.	9. У пострадавшего в ДТП произошла травматическая ампутация руки в области локтевого сустава.

«Закрытые травмы»

1 вариант

Запишите правильный ответ в цифрах и составьте алгоритм оказания первой помощи, выбрав варианты из последнего столбика таблицы.

ВИД ТРАВМЫ	ПОНЯТИЕ	ПРИЗНАКИ	ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ
1. Закрытый перелом	1. Стойкое смещение суставных концов костей за пределы их нормальной подвижности.	1. Внезапная сильная боль, припухлость, нарушение движений в суставах, кровоизлияние в мягкие ткани - кровоподтек.	<ul style="list-style-type: none"> - Доставить в лечебное учреждение; - Наложить холод; - Наложить тугую повязку; - Придать поврежденной конечности возвышенное положение; - Дать обезболивающее средство; - Провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения; - Обеспечить поврежденной конечности покой.
2. Растяжение	2. Повреждение кости с нарушением ее целостности при отсутствии раны.	2. Интенсивная боль, в области поврежденного сустава, нарушение функций конечности, вынужденное положение конечности и деформация формы сустава.	
3. Вывих	3. Повреждение мягких тканей (связок, мышц, суставов) под влиянием силы, не нарушающей их целостности.	3. Целостность кожного покрова не нарушена, припухлость, кровоподтек, нарушение функции, боль при движении, изменение положения и формы конечности.	

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ

1) Признаки венозного кровотечения и способ его остановки.

2) Правила наложения жгута.

2 вариант

Запишите правильный ответ в цифрах и составьте алгоритм оказания первой помощи, выбрав варианты из последнего столбика таблицы.

ВИД ТРАВМЫ	ПОНЯТИЕ	ПРИЗНАКИ	ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ
1. Ушиб	1. Повреждение кости с нарушением ее целостности при котором имеется рана в зоне перелома.	1. Боль, припухлость, кровоподтек.	<ul style="list-style-type: none"> - Наложить тугую повязку; - Наложить стерильную повязку на рану; - Обеспечить поврежденной конечности покой; - Дать обезболивающее средство; - Доставить в лечебное учреждение; - Придать поврежденной конечности возвышенное положение;
2. Открытый перелом.	2. Разрывы связок, мышц, сухожилий в результате механических воздействий на мягкие ткани с большой силой.	2. Резкая боль в области раны и при движении конечности, возможна видимость кости, изменение положения и формы конечности.	

3. Разрыв	3. Повреждение тканей и органов тела при ударе тупым предметом без нарушения целостности наружных покровов. Опасны повреждениями внутренних органов.	3. Резкая боль, нарушение двигательной способности, в месте разрыва появляется вмятина, а ниже (выше) – припухлость, большой кровоподтек.	- Провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения; - Наложить холод; - Остановить кровотечение, обработать рану антисептиком.
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ			
1) Признаки артериального кровотечения и способ его остановки.			
2) Правила иммобилизации конечностей.			

ОТВЕТЫ

1 вариант		БАЛЛЫ	2 вариант	
123	- Провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения; - Дать обезболивающее средство; - Наложить холод; - Доставить в лечебное учреждение.	6	131	- Наложить холод; - Наложить тугую повязку; - Обеспечить поврежденной конечности покой; - Доставить в лечебное учреждение.
231	- Наложить холод; - Наложить тугую повязку; - Обеспечить поврежденной конечности покой; - Доставить в лечебное учреждение.	6	212	- Остановить кровотечение, обработать рану антисептиком; - Наложить стерильную повязку на рану; - Дать обезболивающее средство; - Провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения; - Доставить в лечебное учреждение.
312	- Обеспечить поврежденной конечности покой; - Наложить тугую повязку - Провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения; - Дать обезболивающее средство; - Доставить в лечебное учреждение.	6	323	- Наложить холод; - Наложить тугую повязку; - Обеспечить покой поврежденному месту; - Придать поврежденной конечности возвышенное положение; - Доставить в лечебное учреждение.
1)	Характеризуется слабой пульсацией в такт биения сердца и темно - красной кровью, иногда практически чёрной на вид. Давящая повязка.	2	1)	Кровь имеет ярко-алый цвет и фонтаном бьет из раны. Жгут, косынки.
2)	1. Жгут накладывают на одежду; 2. Жгут накладывают выше раны на 5 см; 3. Первоначально жгут предварительно растягивают и в таком виде делают первые обматывания; 4. Остальные витки ложатся рядом, концы закрепляют; 5. Перетянутую конечность следует тепло укутать; 6. Прикрепить на повязке (одежде)	4	2)	- Шина должна захватывать два сустава (выше и ниже перелома), а иногда три (при переломах бедра, плеча). - Конечности необходимо по возможности придать естественное положение (или безболезненное состояние). - При открытых переломах вправление обломков не производят, а накладывают стерильную повязку. - При закрытых переломах снимать одежду с пострадавшего не нужно.

	надпись о времени наложении жгута; 7. Жгут держать не более 2 часов летом и 1-1,5 часа – зимой.			- Нельзя накладывать шину на голое тело, необходимо подложить подкладку. - Шину туго не перевязывать, чтобы не нарушить кровообращение.
--	---	--	--	---

КРИТЕРИИ ОЦЕНОК:

24-21 балл – оценка «5»;

20-15 баллов – оценка «4»;

14-10 балла – оценка «3»;

9 и менее баллов – оценка «2».