

Министерство здравоохранения Иркутской области

областное государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Тулунский медицинский колледж»

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ СТУДЕНТОВ**

по изучению дисциплины

**ОУД.00 Базовые**

**ОУД.06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**специальность 34.02.01 Сестринское дело**

*очная форма обучения  
по программе базовой подготовки*

Тулун  
2021 г.

**Составитель:**

Лыткина Людмила Николаевна – преподаватель высшей квалификационной категории  
Ф.И.О., ученая степень, звание, должность

**Рецензент:**

---

Ф.И.О., ученая степень, звание, должность

Методические рекомендации для студентов по изучению учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» предназначены для обеспечения обучающихся по специальности «Сестринское дело» (очная форма обучения) учебно-методическим комплексом.

Методические рекомендации для студентов разработаны в соответствии с рабочей программой и календарно - тематическим планом по учебной дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»

В соответствии с учебным планом на изучение рабочей программы учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» отводится 102 часа.

Из них:

Теоретические занятия - 38 часов

Практические занятия - 32

Самостоятельная работа студентов – 35 часа

Методические рекомендации для студентов включают в себя следующие разделы:

1. Методические рекомендации для студентов по самоподготовке к занятиям;
2. Вопросы для подготовки к промежуточной аттестации;
3. Вопросы для подготовки к итоговой аттестации;
4. Рекомендуемая литература (основная и дополнительная).

Данные методические рекомендации позволяют студентам получить необходимую информацию для подготовки к любому виду занятий.

**РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО**

на заседании ЦМК № 1

Протокол № 10

от «28» 06 2021 г.

 / Сштанова Э. В.  
зав. ЦМК № 1

**РАССМОТРЕНО**

Педагогическим советом

Протокол № 4

от «30» 06 2021 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

### 1. Методические рекомендации для студентов по самоподготовке к занятиям:

#### Раздел 1.

Обеспечение личной безопасности и сохранение  
здоровья.....стр. 4

#### Раздел 2.

Основы обороны государства и воинская  
обязанность.....стр. 17

#### Раздел 3.

Государственная система обеспечения Безопасности  
населения.....стр.29

#### Раздел 4

Основы медицинских знаний .....стр. 46

#### Раздел 5

Основы автономного выживания .....стр. 52

2. Вопросы для подготовки к промежуточной аттестации.....стр. 55

3. Вопросы для подготовки к итоговой аттестации.....стр. 61

4. Рекомендуемая литература (основная и дополнительная).....стр. 64

# **1. Методические рекомендации для студентов по самоподготовке к занятиям**

**Раздел 1.** Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

Тема 1.1 Здоровье и здоровый образ жизни

**Вид занятий:** теория

**Продолжительность занятия:** 90 мин

**Основные понятия:**

**Здоровье, здоровый образ жизни, режим труда и отдыха; рациональное питание; соблюдение требований санитарии и гигиены; двигательная активность; закаливание; психофизическая саморегуляция..**

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Условия сохранения и укрепления здоровья человека и общества
2. Здоровье человека как ценность и факторы его определяющие»
3. Здоровый образ жизни и его составляющие.
4. Особенности режима труда и отдыха студента.
5. Особенности питания студента.
6. Особенности соблюдения норм и требований санитарии и гигиены.
7. Характеристика вредных привычек студента и формирование мотивации на избавление от них.
8. Необходимость развития привычки ежедневного выполнения простых физических упражнений.
9. Закаливание - как основная форма воспитания воли студента.
10. Формирование умения управлять собой с помощью упражнений психофизической саморегуляции.

Тестовые задания по теме № 1 **Самостоятельная работа студентов**

1. Подготовить реферат на тему: «Факторы способствующие укреплению здоровья.»
2. Подготовить реферат на тему: «Табачный дым его составные части»

3. Подготовить реферат на тему: «Пассивное курение и его влияние на здоровье»

4. Подготовить реферат на тему: «Алкоголь и его влияние на здоровье человека.»

5. Составить кроссворд тема: «Наркотики, наркомания, социальные последствия»

Подготовить презентацию на тему: «Я выбираю жизнь» (профилактика СПИДа, мы за ЗОЖ)

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- развивать в себе духовные и физические качества, необходимые для военной службы;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

**Литература для подготовки:**

Основные источники:

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

Дополнительные источники:

- Консультант плюс (электронная библиотека)

- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- Конституция Российской Федерации
- Указ Президента РФ №1300 «Об утверждении Концепции национальной безопасности Российской Федерации».

Интернет – ресурсы:

- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nrp8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nrp8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

## **Тема 1.2 Факторы способствующие укреплению здоровья**

**Вид занятий:** теория

**Продолжительность занятия:** 90 мин

**Основные понятия:**

**Здоровье, здоровый образ жизни, курение, наркомания, алкоголизм, неправильное питание; вредные условия труда; стрессы; гиподинамия; плохие материально-бытовые условия;**

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Выделите основные составляющие здорового образа жизни.
2. Какова роль режима в обеспечении здорового образа жизни?
3. Что такое биологические ритмы?
4. От чего зависит работоспособность человека?
5. Какова роль физической культуры в обеспечении здорового образа жизни?
6. Сформулируйте основные принципы рационального питания.
7. Как влияет состояние окружающей среды на здоровье человека?
8. Что такое наследственность?
9. Какие качества личности позволяет раскрыть здоровый образ жизни?

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;

- оказывать первую медицинскую помощь;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

**Литература для подготовки:**

Основные источники:

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

Дополнительные источники:

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- Конституция Российской Федерации
- Указ Президента РФ №1300 «Об утверждении Концепции национальной безопасности Российской Федерации».

Интернет – ресурсы:

- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nrpk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nrpk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

### **Тема 1.3 Алкоголь и его влияние на здоровье человека**

**Вид занятий:** теория

**Продолжительность занятия:** 90 мин

**Основные понятия:**

**Алкоголизм, хронический алкоголизм, «алкоголизация», «алкогольная болезнь», Феномен «российского алкоголизма». Группы риска по формированию хронического алкоголизма.**

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Каков механизм воздействия алкоголя на организм человека?
2. Как можно охарактеризовать поведение человека, находящегося в состоянии алкогольного опьянения?
3. Чем опасно употребление алкоголя для девушек и юношей?
4. Как алкоголь влияет на потомство?
5. Влияет ли алкоголизм на продолжительность жизни?
6. Какие, на ваш взгляд, меры могут перевоспитать человека, злоупотребляющего спиртным?

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Обучающийся должен уметь:**

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

### **Литература для подготовки:**

Основные источники:

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

Дополнительные источники:

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- Конституция Российской Федерации
- Указ Президента РФ №1300 «Об утверждении Концепции национальной безопасности Российской Федерации».

Интернет – ресурсы:

- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

## **Тема 1.4 Курение и его влияние на здоровье человека**

**Вид занятий:** теория

**Продолжительность занятия:** 90 мин

**Основные понятия:**

**Курение, табак, никотин, пассивное курение, полезные и вредные привычки, табакокурение, никотин, компоненты табачного дыма, последствия курения, никотиновая зависимость.**

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие токсичные вещества входят в состав табачного дыма?
2. Каковы факторы риска для здоровья курильщиков?
3. Какой опасности курящая беременная женщина подвергает бу-дущего ребенка?
4. Чем опасно пассивное курение?

## **Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы:**

### **Обучающийся должен уметь:**

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- приводить примеры действия курения на отдельные органы человека, описывать процессы, происходящие в различных органах, анализировать содержание определений терминов.

### **Обучающийся должен знать/понимать:**

- вредное влияние табачного дыма на организм человека и последствия табакокурения: болезни сердца, хронический бронхит, рак лёгких, рак гортани, нервные, понижение слуха, плохая память, плохое физическое и умственное состояние.
- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

### **Литература для подготовки:**

#### **Основные источники:**

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

#### **Дополнительные источники:**

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- Конституция Российской Федерации
- Указ Президента РФ №1300 «Об утверждении Концепции национальной безопасности Российской Федерации».

#### **Интернет – ресурсы:**

- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).

- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

## **Тема 1.5 Наркотики и их влияние на здоровье человека**

**Вид занятий:** теория

**Продолжительность занятия:** 90 мин

**Основные понятия:**

**Наркотики, наркомания, психическая зависимость, физическая зависимость, социальная опасность, психические расстройства, преждевременное старение, физическое истощение, ослабление иммунитета, заражение крови, инфекции.**

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Дайте определение понятий «наркотики» и «наркомания».
2. Назовите сроки разрушающего воздействия на организм различных наркотических средств.
3. Назовите основные признаки развития наркомании.
4. В чем заключается социальная опасность наркомании?
5. Предложите свои методы борьбы с этим опасным явлением.
6. Каковы социальные последствия вредных привычек?
7. Перечислите основные пути профилактики вредных привычек?

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы:**

**Обучающийся должен уметь:**

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- приводить примеры действия курения на отдельные органы человека, описывать процессы, происходящие в различных органах, анализировать содержание определений терминов.

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- вредное влияние табачного дыма на организм человека и последствия табакокурения: болезни сердца, хронический бронхит, рак лёгких, рак гортани, нервные, понижение слуха, плохая память, плохое физическое и умственное состояние.
- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

**Литература для подготовки:**

Основные источники:

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

Дополнительные источники:

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- Конституция Российской Федерации
- Указ Президента РФ №1300 «Об утверждении Концепции национальной безопасности Российской Федерации».

Интернет – ресурсы:

- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

**Тема 1.6 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества**

**Вид занятий:** теория

**Продолжительность занятия:** 90 мин

**Основные понятия:**

**Репродуктивное здоровье, планирование семьи, семья,**

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Что следует понимать под репродуктивным здоровьем?
2. Назовите основные критерии, которые определяют репродуктивное здоровье человека и общества.
3. Дайте общую характеристику репродуктивного здоровья российского общества.
4. Какова роль семьи в формировании репродуктивного здоровья?
5. Какую роль играет индивидуальное здоровье человека на формирование репродуктивного здоровья общества?
6. Дайте определение понятий «репродуктивная система» и «репродуктивное здоровье».
7. Укажите особенности психологических портретов полов.
8. От каких факторов зависит репродуктивное здоровье человека?
9. Что такое планирование семьи?
10. Какой возраст считается оптимальным для рождения детей?
11. Какова роль полового воспитания и образования подростков и молодежи для сохранения репродуктивного здоровья общества?

### **Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы:**

#### **Обучающийся должен уметь:**

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- приводить примеры действия курения на отдельные органы человека, описывать процессы, происходящие в различных органах, анализировать содержание определений терминов.

#### **Обучающийся должен знать/понимать:**

- вредное влияние табачного дыма на организм человека и последствия табакокурения: болезни сердца, хронический бронхит, рак лёгких, рак гортани, нервные, понижение слуха, плохая память, плохое физическое и умственное состояние.
- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

## **Литература для подготовки:**

### **Основные источники:**

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

### **Дополнительные источники:**

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- Конституция Российской Федерации
- Указ Президента РФ №1300 «Об утверждении Концепции национальной безопасности Российской Федерации».

### **Интернет – ресурсы:**

- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

## **Тема 1.7 Правовые аспекты взаимоотношения полов**

**Вид занятий:** теория

**Продолжительность занятия:** 90 мин

**Основные понятия:**

Брак и семья, культура брачных отношений, Конвенция ООН «О правах ребенка», физическая зрелость, социальная зрелость, семейное законодательство, алименты.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие вопросы регулируются Семейным кодексом РФ?
2. Каковы условия и порядок заключения брака?
3. Как осуществляется расторжение брака?
4. Перечислите права несовершеннолетних детей.
5. Каковы права и обязанности родителей?
6. В каких случаях родители могут быть лишены род-х прав?

## **Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы:**

### **Обучающийся должен уметь:**

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- приводить примеры действия курения на отдельные органы человека, описывать процессы, происходящие в различных органах, анализировать содержание определений терминов.

### **Обучающийся должен знать/понимать:**

- вредное влияние табачного дыма на организм человека и последствия табакокурения: болезни сердца, хронический бронхит, рак лёгких, рак гортани, нервные, понижение слуха, плохая память, плохое физическое и умственное состояние.
- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

### **Литература для подготовки:**

#### **Основные источники:**

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

#### **Дополнительные источники:**

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- Конституция Российской Федерации
- Указ Президента РФ №1300 «Об утверждении Концепции национальной безопасности Российской Федерации».

#### **Интернет – ресурсы:**

- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).

- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

## **Раздел 2. Основы обороны государства и воинская обязанность**

### **Тема 2.1. История создания Вооруженных сил России.**

**Вид занятия:** теория

**Продолжительность занятия:** 90 мин

**Основные понятия:**

**Оборона, безопасность, воинская обязанность, воинский учет, структура ВС,**

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Каково предназначение Вооруженных сил?
2. Что составляло основу вооруженных сил в XIV—XVII вв.?
3. Когда была создана регулярная Русская армия?
4. Раскройте суть новой системы комплектования войск, введенной Петром I.
5. Когда была введена в России всеобщая воинская повинность?
6. Расскажите о модернизации армии в XIX — начале XX в.
7. Когда были созданы Рабоче-крестьянская Красная армия (РККА) и Рабоче-крестьянский Красный флот?
8. Как осуществлялось строительство Вооруженных сил перед Второй мировой войной?
9. Как отразилась на военном строительстве политика «холодной войны»?
10. С чего началось строительство Вооруженных сил России в пост-перестроечное время

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

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

- развивать в себе духовные и физические качества, необходимые для военной службы;

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;

**Литература для подготовки:**

**Основные источники:**

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

**Дополнительные источники:**

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- Карманный справочник по истории России., -Ростов на Дону: Феникс, 2013
- Конституция Российской Федерации
- Указ Президента РФ №1300 «Об утверждении Концепции национальной безопасности Российской Федерации».
- «Об обороне» № 61-ФЗ

Интернет – ресурсы:

- [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).
- [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [www.robediteli.ru](http://www.robediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
- [www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).
- [www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).

## **Тема 2.2. Организационная структура Вооружённых Сил. Военная обязанность.**

**Вид занятия:** практика

**Продолжительность занятия:** 180 мин

**Основные понятия:**

**Оборона, безопасность, воинская обязанность, воинский учет, структура ВС, Министерство обороны, Генеральный штаб, Военный округ,**

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Дайте определения вида и рода войск Вооруженных сил.
2. Какие задачи решают сухопутные войска?
3. Что вы знаете об устройстве Военно-воздушных сил?
4. Каково предназначение Военно-морского флота?
- б. Расскажите о ракетных войсках стратегического назначения и их предназначении.
5. Какие задачи решают Космические войска?
6. Для чего предназначены Военно-воздушные войска?
7. Какие функции выполняет тыл Вооруженных сил?
8. Назовите войска, не входящие в виды Вооруженных сил.

9. Какие структуры относятся к учреждениям Министерства обороны Российской Федерации?

10. Как осуществляется комплектование Вооруженных сил личным составом?

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- развивать в себе духовные и физические качества, необходимые для военной службы;

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;

**Литература для подготовки:**

Основные источники:

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

Дополнительные источники:

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- Карманный справочник по истории России., -Ростов на Дону: Феникс, 2013
- Конституция Российской Федерации
- Указ Президента РФ №1300 «Об утверждении Концепции национальной безопасности Российской Федерации».
- «Об обороне» № 61-ФЗ

Интернет – ресурсы:

- [www. mvd. ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).
- [www. mil. ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).
- [www. dic. academic. ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www. window. edu. ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www. iprbookshop. ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www. ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [www. pobediteli. ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
- [www. monino. ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).
- [www. militera. lib. ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).

**Тема 2.3. Военнослужащий – защитник своего Отечества.**

**Вид занятия:** практика

**Продолжительность занятия:** 180 мин

**Основные понятия:**

**Патриотизм, Патриотическое сознание, Моральный дух, Воинская честь, долг.**

**Вопросы для самоконтроля:**

1. 1. Дайте определение патриотизма.

2. В чем проявляется патриотизм у военнослужащих?

3. Приведите примеры подвигов, совершенных русскими, советскими и российскими воинами на полях сражений.

4. Чем достигается и воспитывается чувство патриотизма у военнослужащих Вооруженных сил Российской Федерации?

5. Какие традиции по увековечению памяти воинов-патриотов существуют в Вооруженных силах Российской Федерации?

6. Назовите традиции армии и флота. Связанные с воспитанием верности Боевому знамени части и военно-морскому флагу корабля.

7. Что такое воинская честь?

8. Какими способами нужно воспитывать воинскую честь у военнослужащих Вооруженных сил Российской Федерации?

9. Как вы понимаете выражение «офицерская честь»?

10. В чем проявляется воинская честь в повседневной службе, бою?

11. Соответствуют ли понятию «воинская честь» проявления «дедовщины» в армии и почему?

12. Какие наказания существовали в русской армии для лиц, поправших воинскую честь?

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- развивать в себе духовные и физические качества, необходимые для военной службы;

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;

### **Литература для подготовки:**

#### Основные источники:

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

#### Дополнительные источники:

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- Карманный справочник по истории России., -Ростов на Дону: Феникс, 2013
- Конституция Российской Федерации
- Указ Президента РФ №1300 «Об утверждении Концепции национальной безопасности Российской Федерации».
- «Об обороне» № 61-ФЗ

#### Интернет – ресурсы:

- [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).
- [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).

- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
- [www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).
- [www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).

## **Тема 2.4. Военная дисциплина её сущность и значение.**

**Вид занятия:** практика

**Продолжительность занятия:** 180 мин

**Основные понятия:**

Военнослужащий, Дисциплина, дисциплинарный устав вооруженных сил,  
*Дисциплинарные взыскания,*

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Дайте определение понятия «дисциплина».
2. Что такое военная дисциплина? На чем она основывается? Каково ее значение в современных условиях?
3. Назовите основные критерии, определяющие дисциплинированность военнослужащего.
4. Приведите примеры высокой военной исполнительности из истории России.
5. Назовите основные виды ответственности за нарушение военной дисциплины.
6. Как вы понимаете высказывание немецкого писателя Г.Бёлля: «Люди были спасены от смерти, города и мосты — от разрушения, потому что кто-то не выполнил приказ...»?
7. Каково соотношение понятий «внутренний порядок» и «дисциплина»? **Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- развивать в себе духовные и физические качества, необходимые для военной службы;

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;

**Литература для подготовки:**

**Основные источники:**

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

**Дополнительные источники:**

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- Карманный справочник по истории России., -Ростов на Дону: Феникс, 2013
- Конституция Российской Федерации

- Указ Президента РФ №1300 «Об утверждении Концепции национальной безопасности Российской Федерации».
- «Об обороне» № 61-ФЗ

Интернет – ресурсы:

- [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).
- [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
- [www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).
- [www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).

## **Тема 2.5. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Символы воинской чести. Ритуалы ВС РФ.**

**Вид занятия:** теория

**Продолжительность занятия:** 90 мин

**Основные понятия:**

Традиции, боевые традиции, символы воинской чести, ритуалы ВС РФ,

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие виды воинских традиций различают в российской армии?
2. Перечислите боевые традиции воинов российских Вооруженных сил.
3. Что означает для каждого солдата или матроса быть верным боевым традициям?
4. Приведите известные вам исторические примеры воинских традиций.
5. Что понимается под воинскими ритуалами
6. Как развивалась церемония принятия военной присяги в истории Вооруженных сил России?
7. Какова роль военной присяги в воинской службе?
8. Как звучит текст современной военной присяги?

9. Предусмотрены ли наказания за отказ дать присягу или за нарушение присяги?

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- развивать в себе духовные и физические качества, необходимые для военной службы;

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;

**Литература для подготовки:**

Основные источники:

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

#### Дополнительные источники:

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- Карманный справочник по истории России., -Ростов на Дону: Феникс, 2013
- Конституция Российской Федерации
- Указ Президента РФ №1300 «Об утверждении Концепции национальной безопасности Российской Федерации».
- «Об обороне» № 61-ФЗ

#### Интернет – ресурсы:

- [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).
- [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
- [www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).
- [www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).

**Раздел 3. Государственная система обеспечения Безопасности населения**  
**Тема 3.1. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.**

**Вид занятия:** теоретическое

**Продолжительность занятия:** 90 мин

**Основные понятия:**

**Чрезвычайная ситуация, ЧС** природного характера, алгоритма действий при ЧС, Закон «О защите населения и территорий от ЧС природного характера», ЧС техногенного характера, классификация ЧС.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Дайте определение понятия «чрезвычайная ситуация».
2. Какими признаками характеризуется авария.
3. Дайте характеристику основных видов катастроф.
4. Как классифицируются чрезвычайные ситуации?
5. Назовите основные виды чрезвычайных ситуаций природного характера.
6. Какие чрезвычайные ситуации называются техногенными?
7. Приведите известные вам примеры техногенных чрезвычайных ситуаций с загрязнением и без загрязнения окружающей среды.
8. Какие чрезвычайные ситуации относят к числу социальных? Можно ли взятие заложников отнести к социальным ЧС?
9. Назовите основные признаки локальных, муниципальных, межмуниципальных, региональных, межрегиональных, федеральных и трансграничных чрезвычайных ситуаций.
10. Какие территории могут быть объявлены зонами чрезвычайной экологической ситуации?

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС; предназначение, структуру и задачи гражданской обороны

**Литература для подготовки:**

Основные источники:

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

Дополнительные источники:

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nrpk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nrpk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

## **Тема 3.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.**

**Вид занятия:** теоретическое

**Продолжительность занятия:** 90 мин

**Основные понятия:**

**РСЧС, Предупреждение ЧС, Ликвидация ЧС, Мониторинг и прогнозирование ЧС, Система оповещения населения, эвакуация.**

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Система правового обеспечения безопасности жизнедеятельности.
2. Содержание единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС).
3. Предназначение, задачи и уровни РСЧС.
4. Органы управления РСЧС и режимы их функционирования.
5. Силы и средства РСЧС.
6. Состав и задачи комиссии по чрезвычайным ситуациям.
7. Обеспечение устойчивости объектов в чрезвычайных ситуациях.
8. Сущность, основные функции и задачи управления в РСЧС и ГО.
9. Содержание процесса управления организацией в экстремальных условиях.
10. Сущность, цели и требования планирования мероприятий защиты населения в ЧС

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС; предназначение, структуру и задачи гражданской обороны

**Литература для подготовки:**

Основные источники:

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

Дополнительные источники:

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nrpk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nrpk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

### **Тема 3.3. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.**

**Вид занятия:** теоретическое

**Продолжительность занятия:** 90 мин

**Основные понятия:**

**Гражданская оборона, Войска гражданской обороны.**

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Дайте основные понятия и определения ГО.
2. В чём заключаются основные задачи ГО?
3. Каковы принципы организации Федеральной медицинской службы ГО?
4. Какое оружие массового поражения вы знаете?
5. Охарактеризуйте химическое оружие, способы применения, индикации и защита от него.
6. Охарактеризуйте бактериологическое оружие.
7. Как происходит оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;

- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС; предназначение, структуру и задачи гражданской обороны

**Литература для подготовки:**

Основные источники:

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

Дополнительные источники:

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

**Тема 3.4. Современные средства поражения и их поражающие факторы.**

**Вид занятия:** теоретическое

**Продолжительность занятия:** 90 мин

**Основные понятия:** Оружие массового поражения, Ядерное оружие, Химическое оружие, Биологическое (бактериальное) оружие, Современные обычные средства поражения, Огневые и ударные средства (боеприпасы), Высокоточное оружие.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие средства обычного поражения вы знаете?
2. В чем заключается принцип действия боеприпасов объемного взрыва?
3. Какие виды зажигательных средств вы знаете? Назовите наиболее распространенные огнесмеси.
4. Что необходимо предпринять в случае попадания огнесмеси на одежду человека?
5. Из каких элементов состоят разведывательно-ударные комплексы?

### **Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

#### **Должен знать:**

#### **Обучающийся должен уметь:**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.

#### **Обучающийся должен знать/понимать:**

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС; предназначение, структуру и задачи гражданской обороны

## **Литература для подготовки:**

### Основные источники:

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

### Дополнительные источники:

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

## **Тема 3.5. Основные средства защиты населения от поражающих факторов.**

**Вид занятия:** теоретическое

**Продолжительность занятия:** 90 мин

**Основные понятия:** Индивидуальные средства защиты, коллективные средства защиты населения, Средства защиты кожи, убежища.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Назначение и основные части фильтрующего противогаза.
2. Порядок подбора шлема-маски противогаза.
3. Проверка исправности противогаза.
4. Назначение респиратора, правила пользования им.
5. Назначение и состав общевойскового защитного комплекта.
6. Основные правила пользования общевойсковым защитным комплектом.
7. Классификация защитных сооружений гражданской обороны.
8. Основные и вспомогательные помещения убежища.
9. Мероприятия, проводимые по специальной обработке.

10. Санитарная обработка как составная часть специальной обработки.

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС; предназначение, структуру и задачи гражданской обороны

**Литература для подготовки:**

Основные источники:

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

Дополнительные источники:

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014

- [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

### **Тема 3.6. Основные направления деятельности по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.**

**Вид занятия:** теоретическое

**Продолжительность занятия:** 90 мин

**Основные понятия:** Безопасность в ЧС, Защищенность в ЧС, Предупреждение ЧС, Прогнозирование ЧС,

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Перечислите основные задачи, решаемые Российской системой предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях ( РСЧС).
2. Какими основными правами обладают граждане РФ в области защиты от чрезвычайных ситуаций?
3. Расскажите о предназначении и структуре МЧС России.
4. Какие задачи в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций возложены на МЧС России?

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;

- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС; предназначение, структуру и задачи гражданской обороны

**Литература для подготовки:**

Основные источники:

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

Дополнительные источники:

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

**Тема 3.7. Идеология и основы терроризма как угроза современной структуре мирового сообщества.**

**Вид занятия:** теоретическое

**Продолжительность занятия:** 90 мин

**Основные понятия:** Понятие терроризма, Современный терроризм, Международный терроризм, Религиозный терроризм, Политический терроризм.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Терроризм как социально-политическое явление.
2. Типология и причины современного терроризма.
3. Анализ понятия «терроризм» в российском и зарубежном законодательстве.
4. Образ террориста и терроризма в истории и современном мире.
5. История возникновения терроризма в России.
6. Терроризм как глобальная проблема современности.

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.

**Обучающийся должен знать/понимать:**

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

- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС; предназначение, структуру и задачи гражданской обороны

### **Литература для подготовки:**

Основные источники:

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бураков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

Дополнительные источники:

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

### **Тема 3.8. Правовые основы организации защиты населения РФ от чрезвычайных ситуаций мирного времени.**

**Вид занятия:** теоретическое

**Продолжительность занятия:** 90 мин

**Основные понятия:** нормативно-правовая база защиты населения от ЧС.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие основные принципы определяют содержание государственной политики в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций?

2. В каких законах и других нормативных правовых актах определены основные положения по защите населения от чрезвычайных ситуаций?

3. Какова роль государства в создании Российской системы защиты населения от чрезвычайных ситуаций?

5. В каком направлении идет развитие систем РСЧС и гражданской обороны?

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС; предназначение, структуру и задачи гражданской обороны

## **Литература для подготовки:**

Основные источники:

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

Дополнительные источники:

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

## **Тема 3.9. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.**

**Вид занятия:** теоретическое

**Продолжительность занятия:** 90 мин

**Основные понятия:** противопожарная служба Российской Федерации; МВД Российской Федерации; служба скорой медицинской помощи; государственная санитарно-эпидемиологическая служба Российской Федерации; гидрометеорологическая служба.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Каковы функции противопожарной службы Российской Федерации?
2. Какие задачи решает милиция Российской Федерации?
3. Охарактеризуйте деятельность службы скорой медицинской помощи.
4. Каковы функции государственной санитарно-эпидемиологической службы Российской Федерации?
5. Назовите принципы, лежащие в основе гидрометеорологической службы России.

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

### **Должен знать:**

#### **Обучающийся должен уметь:**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.

#### **Обучающийся должен знать/понимать:**

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС; предназначение, структуру и задачи гражданской обороны

### **Литература для подготовки:**

#### **Основные источники:**

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

#### **Дополнительные источники:**

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).

- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

## **Раздел 4. Основы медицинских знаний**

**Тема 4.1.** Основные понятия о повреждениях. Основные понятия о травмах черепа и головного мозга.

**Вид занятия:** практическое

**Продолжительность занятия:** 180 мин

**Основные понятия:** Первая помощь, травмы, ушиб, растяжение, перелом, вывих, Сотрясение головного мозга, черепно – мозговая травма, иммобилизация.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Каковы признаки ушиба мягких тканей? В чем состоит ПМП при ушибе мягких тканей?
2. Как отличить растяжение связок сустава от их разрыва? В чем состоит ПМП при растяжении и разрыве связки?
3. Что такое вывих? Каковы симптомы вывиха?
4. В чем состоит ПМП при вывихе на месте происшествия?
5. Какие бывают переломы (виды, вероятные и достоверные признаки)?
6. В чем состоит ПМП при переломе?
7. Что такое синдром длительного сдавливания? Каковы его проявления?
8. Какой должна быть последовательность неотложных мероприятий при сдавливании конечности?
9. Что такое синдром позиционного сдавливания? Как оказать ПМП?

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к своей профессии.
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- развивать в себе духовные и физические качества, необходимые для будущей социализации;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

**Литература для подготовки:**

Основные источники:

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

Дополнительные источники:

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- Конституция Российской Федерации
- Указ Президента РФ №1300 «Об утверждении Концепции национальной безопасности Российской Федерации».
- [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

**Тема 4.2.** Основные понятия об острой сосудистой недостаточности, дыхательной недостаточности.

**Вид занятия:** практическое

**Продолжительность занятия:** 180 мин

**Основные понятия:** Первая помощь, Понятия о сердечно сосудистой системе, инсульт, инфаркт, сердечная недостаточность.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие сердечные заболевания, дающие острые приступы, угрожающие жизни больного человека вы знаете?
2. Дать определение сердечной недостаточности?.

3. Что мы называем инсультом?
4. Что нужно делать, если при вас с человеком случился сердечный приступ?
5. Чего делать нельзя с человеком, если случился сердечный приступ?

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к своей профессии.
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- развивать в себе духовные и физические качества, необходимые для будущей социализации;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

**Литература для подготовки:**

**Основные источники:**

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бураков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

**Дополнительные источники:**

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014

- Конституция Российской Федерации
- Указ Президента РФ №1300 «Об утверждении Концепции национальной безопасности Российской Федерации».
- [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

**Тема 4.3.** Основные понятия об элементарной сердечно – легочной реанимации.

**Вид занятия:** практическое

**Продолжительность занятия:** 180 мин

**Основные понятия:** СРЛ, терминальные состояния.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Что понимается под реанимацией?
2. Что может быть использовано в качестве ровной твердой поверхности для размещения пострадавшего при проведении реанимационных мероприятий?
3. В чем заключается смысл прекардиального удара?
4. В какую точку наносится прекардиальный удар?
5. Что делать после нанесения прекардиального удара, если работа сердца не восстановилась?
6. В какой точке должны располагаться ладони оказывающего помощь при проведении непрямого массажа сердца?
7. С какой частотой необходимо надавливать на грудную клетку при проведении непрямого массажа сердца?
8. В каких случаях проводится искусственная вентиляция легких?
9. Как правильно сделать выдох в легкие пострадавшего?
10. Назовите причины остановки сердца.
11. Как правильно определяется пульс на сонной артерии?
14. Какие действия выполняются при проведении реанимационных мероприятий пострадавшему при остановке сердца?

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к своей профессии.
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- развивать в себе духовные и физические качества, необходимые для будущей социализации;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

**Литература для подготовки:**

Основные источники:

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

Дополнительные источники:

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- Конституция Российской Федерации
- Указ Президента РФ №1300 «Об утверждении Концепции национальной безопасности Российской Федерации».
- [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

**Тема 4.4.** Основные понятия о кровотечениях, ранениях и термических повреждениях.

**Вид занятия:** практическое

**Продолжительность занятия:** 180 мин

**Основные понятия:** Первая помощь, раны, кровотечения, травматический шок.

**Вопросы для самоконтроля:**

Назовите виды травм. Что называется раной?

3. Какие раны представляют особую опасность?
4. Назовите виды кровотечений и охарактеризуйте их.
5. Расскажите о способах оказания первой медицинской помощи для временной остановки кровотечения.
6. Расскажите о причинах возникновения ожогов и о видах ожогов.
7. Какие вы знаете способы оказания первой помощи при ожогах?
8. Расскажите об оказании первой медицинской помощи при ожогах.
9. В чем причины возникновения шока и каковы его последствия?
10. Расскажите о способах профилактики шока.
11. Назовите признаки травматического шока и их различия по степени сложности.
12. Какие меры необходимо принимать для профилактики травматического шока?
13. Какие материалы могут использоваться для наложения повязки?
14. Расскажите об асептике и антисептике.
15. Расскажите о средствах и способах наложения повязок, остановки кровотечения.

**Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к своей профессии.
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;

- оказывать первую медицинскую помощь;
- развивать в себе духовные и физические качества, необходимые для будущей социализации;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

**Литература для подготовки:**

Основные источники:

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

Дополнительные источники:

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- Конституция Российской Федерации
- Указ Президента РФ №1300 «Об утверждении Концепции национальной безопасности Российской Федерации».
- [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

## **Раздел 5. Основы автономного выживания**

### **Тема 5.1. Проблемы вынужденного автономного существования.**

**Вид занятия:** практическое

**Продолжительность занятия:** 180 мин

**Основные понятия:** Автономное существование, акклиматизация, выживание, ориентирование, временное укрытие,

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Назовите основные принципы вынужденного автономного существования в природных условиях.

2. Приведите примеры (из жизни, книг или фильмов) оживания людей в природной среде.

3. Какие качества помогают выжить людям, попавшим в беду?

3. Какие первоочередные действия необходимо предпринять потерпевшим бедствие в безлюдной местности?

4. В каких случаях принимают решение оставаться на месте?

5. В каких случаях принимают решение об уходе с места аварии? **Перечень знаний, которыми студенты должны овладеть в результате изучения данной темы.**

**Должен знать:**

**Обучающийся должен уметь:**

- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к своей профессии.
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- развивать в себе духовные и физические качества, необходимые для будущей социализации;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

**Обучающийся должен знать/понимать:**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

**Литература для подготовки:**

**Основные источники:**

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

**Дополнительные источники:**

- Консультант плюс (электронная библиотека)
- Т.А.Хван., П.А. Хван «Основы безопасности жизнедеятельности» издание 9-е., Ростов на Дону: Феникс, 2014
- Конституция Российской Федерации
- Указ Президента РФ №1300 «Об утверждении Концепции национальной безопасности Российской Федерации».
- [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1\\_1.dbk](http://umka.nprk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk) (Общие вопросы безопасности жизнедеятельности).

## 2. Вопросы для подготовки к промежуточной аттестации

### Раздел 1.

Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени, организация защиты населения.

1. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и военного характера.
  - Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту.
  - Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, причины и их возможные последствия.
  - Чрезвычайные ситуации военного характера.
  - Опасности, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий (прямые, косвенные, связанные с изменением среды обитания людей).
  - Ядерное, химическое, бактериологическое оружие.
  - Обычные средства поражения.
  - Международный и внутригосударственный терроризм.
2. Организационные основы защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.
  - МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.
  - Основные задачи МЧС России в области гражданской обороны, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.
  - Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).
  - Задачи РСЧС, силы и средства.
  - Гражданская оборона, её структура и задачи по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.
3. Основные принципы и нормативная база защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

- Акты и нормативно-техническая документация по действиям в чрезвычайных ситуациях.
- Основные положения Федеральных Законов «О защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» и «О гражданской обороне».
- Комплекс стандартов «БЧС» - «Безопасность в чрезвычайных ситуациях».
- Мероприятия по предупреждению возникновения и развития чрезвычайных ситуаций.
- Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации по защите населения от чрезвычайных ситуаций.
- Организация и выполнение эвакуационных мероприятий.
- Организация аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций.

#### 4. Обеспечение устойчивости функционирования объектов экономики.

- Понятие об устойчивости объектов экономики в чрезвычайной ситуации.
- Факторы, определяющие стабильность функционирования технических систем и бытовых объектов.
- Критерии устойчивости.
- Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьёзной угрозе национальной безопасности России.
- Основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики.

## **Раздел 2.**

### Основы обороны государства.

#### 1. Основы обороны государства.

- Национальная безопасность и национальные интересы России.
- Угрозы национальной безопасности России.
- Обеспечение национальных интересов России.

- Военная доктрина Российской Федерации.
- Военная организация Российской Федерации.
- Вооруженные силы России, их структура и предназначение.
- Виды и рода войск Вооруженных сил России.
- Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные медицинским специальностям СПО.

## 2. Организация воинского учета и военная служба.

- Воинский учет.
- Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке их на воинский учет и при призыве на воинскую службу.
- Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе. Прохождение военной службы по призыву и по контракту.
- Основные виды воинской деятельности.
- Перечень военно-учетных специальностей.
- Обеспечение безопасности военной службы.
- Обязательное государственное страхование жизни и здоровья военнослужащих.
- Правовые основы военной службы.
- Воинская обязанность, её основные составляющие.
- Требования военной деятельности, предъявляемые к физическим, психологическим и профессиональным качествам военнослужащего.
- Общие должностные и специальные обязанности военнослужащих.
- Статус военнослужащего.
- Права и ответственность военнослужащего.
- Международные правила поведения военнослужащего в бою.

## 3. Военно-патриотическое воспитание молодежи.

- Боевые традиции Вооруженных сил России.
- Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества.
- Дружба, воинское товарищество – основы боевой готовности частей и подразделений.
- Воинские символы и ритуалы.

## 4. Общевоинские уставы.

- Основные мероприятия по обеспечению безопасности военной службы.
- Военнослужащие Вооруженных Сил Российской Федерации и взаимоотношения между ними.
- Военная дисциплина.
- Права военнослужащего.
- Поощрение и дисциплинарные взыскания.
- Дисциплинарная, административная и уголовная ответственность военнослужащих.
- Несение караульной службы – выполнение боевой задачи, состав караула.
- Часовой и караульный.
- Обязанности часового.
- Распорядок дня и регламент служебного времени.
- Пост и его оборудование.
- Обязанности лиц суточного наряда.
- Назначение суточного наряда, его состав и вооружение.
- Подчиненность и обязанности дневального по роте.

#### 5. Строевая подготовка.

- Строевые приемы и движения без оружия.
- Строи подразделений в пешем порядке.
- Развернутый и походный строй взвода.
- Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головной убор снять (одеть)».
- Повороты на месте.
- Движение строевым шагом.
- Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.
- Построения, перестроения, повороты, перемена направления движения. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.

#### 6. Физическая подготовка.

##### Перечень упражнений:

- Бег на длинные дистанции (кросс на 3 – 5 км).
- Упражнения на гимнастических снарядах и подтягивание на перекладине.

- Бег на 100 м.
- Бег на 1 км

#### 7. Огневая подготовка.

- Назначение, боевые свойства и устройство автомата.
- Работа частей и механизмов автомата при зарядке и стрельбе.
- Уход за стрелковым оружием, хранение и сбережение.
- Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке. Правила стрельбы из стрелкового оружия.

#### 8. Тактическая подготовка.

- Движение солдата в бою.
- Передвижение на поле боя.
- Обязанности наблюдателя.
- Выбор места наблюдения, его занятие.
- Оборудование и маскировка.
- Оснащение наблюдательного поста.
- Выбор места и скрытое расположение на нем для наблюдения и ведения огня.
- Самоокапывание и маскировка.

#### 9. Радиационная, химическая и биологическая защита.

- Средства индивидуальной защиты и пользование ими.
- Порядок накопления СИЗ, организация и планирование работы пунктов выдачи СИЗ.
- Средства коллективной защиты.
- Надевание и снятие противогаза, защитного костюма.
- Действия личного состава в условиях радиационного, химического и биологического заражения.

### **Раздел 3.**

Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.

1. Общие правила оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при массовых поражениях.
  - Общие правила оказания первой медицинской помощи.
  - Правила оказания само- и взаимопомощи в различных чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, в условиях военного времени.
  - Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях, отравлениях.
  - Характеристика ситуаций, при которых возможно массовое поражение людей.

### **3. Вопросы для подготовки к итоговой аттестации**

1. Общее понятие и определение чрезвычайной ситуации
2. Классификация ЧС по масштабу и тяжести последствий.
3. Классификация ЧС по происхождению.
4. Причины и последствия ЧС.
5. Характеристика ядерного оружия.
6. Характеристика химического оружия.
7. Характеристика биологического оружия
8. Организация Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).
9. Гражданская оборона как система общегосударственных мер по защите населения при ведении военных действий.
10. Структура ГО на объектах экономики.
11. *Основные принципы, на которых строится политика государства в области безопасности.*
12. *Законодательство Российской Федерации в области защиты населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера.*
13. *Законодательство Российской Федерации в области ГО.*
14. *Организация оповещения и информирования населения о ЧС.*
15. *Применение средств индивидуальной защиты.*
16. *Укрытие населения в защитных сооружениях ГО.*
17. *Общие понятия об устойчивости функционирования объекта экономики.*
18. *Основные направления исследований, проводимых в области обеспечения устойчивости функционирования объекта экономики.*
19. *Основные мероприятия, направленные на сохранение и повышение устойчивости функционирования объектов экономики в ЧС.*
20. *Повышение устойчивости управления объектов экономики в условиях ЧС.*
21. *Военно-политическая обстановка.*
22. *Основные типы угроз национальной безопасности России и их характеристика.*
23. *Основные принципы обеспечения военной безопасности.*
24. *Основные задачи по обеспечению военной безопасности.*
25. *Правовые основы обороны страны.*
26. *Назначение и задачи Вооруженных Сил РФ.*
27. *Организационная структура вооруженных сил России.*
- 28.1. *Виды Вооруженных Сил РФ.*
  - а) Сухопутные войска.
  - б) Военно-Морской Флот.
  - в) Военно-Воздушные Силы.
29. *Рода войск Вооруженных Сил РФ.*
  - а) Ракетные войска стратегического назначения

- б) Космические войска
- в) Воздушно-десантные войска.
- 30.Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации.
- 31.**Другие войска, их состав и предназначение.**
- 32.Правовая основа воинской обязанности и военной службы.
- 33.Воинская обязанность, её основные составляющие.
- 34.Организация воинского учета.
- 35.Обязательная и добровольная подготовка гражданина к военной службе.
- 36.Граждане, подлежащие призыву на военную службу.
- 37.Сроки призыва граждан на военную службу.
- 38.Организация призыва граждан на военную службу.
- 39.Срок военной службы для военнослужащих, проходящих военную службу по призыву.
- 40.Поступление на военную службу по контракту.
- 41.Срок военной службы для военнослужащих, проходящих военную службу по контракту.
- 42.Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих.
- 43.Военная присяга и обязательство.
- 44.Воинские должности.
- 45.**Требования воинской деятельности, предъявляемые к физическим, профессиональным и личностным качествам военнослужащего.**
- 46.*Памяти поколений - дни воинской славы России.*
- 47.*Увековечение памяти российских воинов.*
- 48.*Боевое Знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы.*
- 49.*Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.*
- 50.*Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.*

## Рекомендуемая литература

### Основная литература

- Левчук И.П. Безопасность жизнедеятельности / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. -

### Дополнительная литература

1. Консультант плюс (электронная библиотека) «Основы безопасности жизнедеятельности», издание 9-е., Хван Т.А., Хван П.А. Ростов на Дону: Феникс, 2014
2. Конституция Российской Федерации
3. Указ Президента РФ №1300 «Об утверждении Концепции национальной безопасности Российской Федерации».
4. «Об обороне» № 61-ФЗ
5. Комментарии к Федеральному закону «О воинской обязанности и военной службе». – М.: ЭКСМО
6. Комментарии к Федеральному закону «Об альтернативной гражданской службе». – М.: ЭКСМО
7. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации
8. Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации

### Электронные ресурсы

1. Министерство обороны РФ официальный сайт  
<http://mil.ru/>