

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Карпова Елизавета Александровна

Должность: директор

Дата подписания: 24.07.2026 16:49:29

Уникальный программный ключ:

ad9053b6a9e639199a21a41d1a80dd3f5c40650966aaf85dff11a3fd7d02ebad



СОЦИАЛЬНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Основы безопасности и защиты Родины

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Цикловая комиссия по гуманитарному и естественнонаучному направлению**

Учебный план **33.02.01 ФАРМАЦИЯ**

Учебный год начала подготовки **2026-2027**

Квалификация **Фармацевт**

Форма обучения **очная**

Часов по учебному плану **68**

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

зачеты с оценкой 2

аудиторные занятия **68**

самостоятельная работа **0**

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		Итого	
Неделя	17		22			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Лекции	17	17	17	17	34	34
Практические	17	17	17	17	34	34
Итого ауд.	34	34	34	34	68	68
Контактная работа	34	34	34	34	68	68
Итого	34	34	34	34	68	68

Рабочая программа дисциплины

Основы безопасности и защиты Родины

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности
33.02.01 ФАРМАЦИЯ (приказ Минобрнауки России от 13.07.2021 г. № 449)

составлена на основании учебного плана:

33.02.01 ФАРМАЦИЯ

утвержденного на заседании Педагогического Совета АНО ПО "СТК" 26.02.2026 протокол № 5.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	Общеобразовательная дисциплина «Основы безопасности и защиты Родины» является обязательной частью общеобразовательного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС по 33.02.01 Фармация.
1.2	Цели дисциплины.
1.3	Формирование компетенций в части овладения содержанием общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности и защиты Родины», формирование ценностей, освоение знаний и умений, обеспечивающих готовность к выполнению Конституционного долга по защите Отечества и достижение базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ООП:		СОО.01
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Теоретическая подготовка:	
2.1.2	- Основные положения законодательства Российской Федерации в области национальной безопасности и обороны страны.	
2.1.3	- Структура органов государственной власти и управления в сфере обороны и безопасности.	
2.1.4	- Организация системы гражданской обороны и защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	
2.1.5	- Принципы организации службы спасения и оказания первой помощи пострадавшим.	
2.1.6	- Средства индивидуальной и коллективной защиты от поражающих факторов оружия массового поражения и аварийных ситуаций.	
2.1.7	- Понятие военной обязанности, права и обязанности гражданина РФ перед государством в вопросах исполнения обязанностей по обороне страны.	
2.1.8	Практические навыки:	
2.1.9	- Умение применять средства индивидуальной защиты (противогаз, респиратор, защитные костюмы).	
2.1.10	- Владение приёмами оказания первой доврачебной помощи пострадавшим.	
2.1.11	- Способность организовать защиту личного состава и материальных ценностей при возникновении чрезвычайных ситуаций.	
2.1.12	- Навык ведения наблюдения за обстановкой и принятие решений в условиях неопределённости.	
2.1.13	- Развитие физических качеств, необходимых для успешного прохождения военно-прикладных нормативов.	
2.1.14	Уровень физической подготовки	
2.1.15	Перед началом изучения дисциплины студент должен соответствовать минимальным требованиям физического развития и выносливости, установленным образовательным стандартом учебного заведения. Это включает владение основными видами упражнений и выполнение минимальных норм ГТО соответствующей возрастной группы.	
2.1.16	Психологическая готовность	
2.1.17	Студент должен демонстрировать эмоциональную устойчивость, стрессоустойчивость и способность действовать уверенно и оперативно в нестандартных ситуациях.	
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	- Безопасность жизнедеятельности	
2.2.2	- ПМ.01.Оптовая и розничная торговля лекарственными средствами и отпуск лекарственных препаратов для медицинского и ветеринарного применения	
2.2.3	- ПМ.02 Изготовление лекарственных препаратов в условиях аптечных организаций и ветеринарных аптечных организаций	
2.2.4	- ПМ.03 Дополнительный профессиональный блок, включая цифровой модуль Система управления клиникой	
2.2.5	- Производственная практика (по профилю специальности)	

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	- задачи и основные принципы организации единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знание о действиях по сигналам гражданской обороны;
3.1.2	- правила безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;

3.1.3	- основы законодательства Российской Федерации, обеспечивающие национальную безопасность и защиту населения от внешних и внутренних угроз;
3.1.4	- сформированность представлений о государственной политике в области обеспечения государственной и общественной безопасности, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера;
3.1.5	- основы безопасного, конструктивного общения;
3.1.6	- положения Общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации;
3.1.7	- о способах безопасного поведения в цифровой среде;
3.1.8	- о роли государства в противодействии терроризму;
3.1.9	- порядок действий при объявлении разного уровня террористической опасности, при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции;
3.1.10	- сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения;
3.1.11	- основы и правила безопасного поведения на транспорте;
3.1.12	- о порядке действий в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;
3.1.13	- порядок действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования.
3.1.14	- основы пожарной безопасности;
3.1.15	- порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде;
3.1.16	- знание прав и обязанностей граждан в области пожарной безопасности;
3.1.17	- об элементах начальной военной подготовки (включая общевоинские уставы, основы строевой, тактической, огневой, инженерной, военно-медицинской и технической подготовки), правилах оказания первой помощи в условиях ведения боевых действий, овладение знаниями требований безопасности при обращении со стрелковым оружием.
3.1.18	
3.2	Уметь:
3.2.1	- формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне;
3.2.2	- устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения;
3.2.3	- определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;
3.2.4	- выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях;
3.2.5	- вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;
3.2.6	- развивать креативное мышление при решении жизненных проблем;
3.2.7	- выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;
3.2.8	- анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменения в новых условиях;
3.2.9	- переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;
3.2.10	- интегрировать знания из разных предметных областей;
3.2.11	-выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения, использовать их в познавательной и социальной практике;
3.2.12	- быть готовым к труду, осознавать ценности мастерства, трудолюбия;
3.2.13	- быть готовым к активной деятельности технологической и социальной направленности, инициировать, планировать и выполнять такую деятельность;
3.2.14	- проявлять интерес к различным сферам профессиональной деятельности;
3.2.15	- создавать тексты в различных форматах с учетом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации;
3.2.16	- оценивать достоверность, легитимность информации, ее соответствие правовым и морально-этическим нормам;
3.2.17	- использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
3.2.18	-формировать мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, способствующего осознанию своего места в поликультурном мире;
3.2.19	- совершенствовать языковую и читательскую культуру как средство взаимодействия между людьми и познанием мира;
3.2.20	- осознавать ценности научной деятельности, осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе;

3.2.21	- осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
3.2.22	- составлять план решения проблем с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;
3.2.23	- давать оценку новым ситуациям;
3.2.24	- формировать и проявлять широкую эрудицию в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень;
3.2.25	- использовать приемы рефлексии для оценки ситуации, выбирать верное решение;
3.2.26	- оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению;
3.2.27	- стремиться к достижению цели и успеху, действовать, исходя из своих возможностей;
3.2.28	- понимать эмоциональное состояние других, учитывать его при осуществлении коммуникации, проявлять сочувствие и сопереживание;
3.2.29	- формировать нравственное сознание, этическое поведение;
3.2.30	- оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственных нормах и ценностях;
3.2.31	- осознавать личный вклад в построение устойчивого будущего;
3.2.32	- ответственно относиться к своим родителям и (или) другим членам семьи, создавать семьи на основе осознанного - принимать ценности семейной жизни в соответствии с традициями народов России.
3.2.33	- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;
3.2.34	- принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы;
3.2.35	- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;
3.2.36	- осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным.
3.2.37	- принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности;
3.2.38	- признавать свое право и право других людей на ошибки;
3.2.39	- развивать способность понимать мир с позиции другого человека;
3.2.40	- быть готовым к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;
3.2.41	- целенаправленно развивать внутреннюю позицию личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций, формировать системы значимых ценностно-смысловых установок, антикоррупционного мировоззрения, правосознания, экологической культуры, ставить цели и строить жизненные планы;
3.2.42	- осознавать свои конституционные права и обязанности, уважать закон и правопорядок;
3.2.43	- принимать традиционные национальные, общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
3.2.44	- противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;
3.2.45	- вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в общеобразовательной организации и детско-юношеских организациях;
3.2.46	- взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением;
3.2.47	- быть готовым к гуманитарной и волонтерской деятельности;
3.2.48	- формировать российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России;
3.2.49	- ценностно относиться к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях и труде;
3.2.50	- быть готовым к служению и защите Отечества, нести ответственность за его судьбу;
3.2.51	- быть готовым к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности, организации учебного сотрудничества с педагогическими работниками и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории;
3.2.52	- формировать экологическую культуру, понимать влияние социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознавать глобальный характер экологических проблем;
3.2.53	- планировать и осуществлять действия в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества;
3.2.54	- активно не принимать действия, приносящие вред окружающей среде;
3.2.55	- прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их;
3.2.56	- расширять опыт деятельности экологической направленности;

3.2.57	- самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;
3.2.58	- давать оценку новым ситуациям;
3.2.59	- расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений;
3.2.60	- делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;
3.2.61	- оценивать приобретенный опыт;
3.2.62	-повышать свой образовательный и культурный уровень;
3.2.63	- формировать здоровый и безопасный образ жизни, ответственно относиться к своему здоровью;
3.2.64	- активно непринимать вредные привычки и иные формы причинения вреда физическому и психическому здоровью.
3.2.65	- различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера;
3.2.66	- предупреждать опасные явления и противодействовать им;
3.2.67	- распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;
3.2.68	- различать приемы вовлечения в деструктивные сообщества, экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им;
3.2.69	- применять основы пожарной безопасности на практике для предупреждения пожаров;
3.2.70	- умение применять табельные и подручные средства для само- и взаимопомощи;
3.2.71	- сформировать представления о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства. знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;
3.2.72	- сформировать представления о применении беспилотных летательных аппаратов и морских беспилотных аппаратов; понимание о возможностях применения современных достижений научно-технического прогресса в условиях современного боя;
3.2.73	- сформировать необходимого уровня военные знания как фактора построения профессиональной траектории, в том числе в образовательных организациях, осуществляющих подготовку кадров в интересах обороны и безопасности государства, обеспечении законности и правопорядка;
3.2.74	- различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;
3.2.75	- сформировать представления о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении защиты государства;
3.2.76	- сформировать нетерпимость к проявлениям насилия в социальном взаимодействии;
3.2.77	
3.3	Владеть:
3.3.1	- навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем;
3.3.2	- навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления;
3.3.3	- навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности;
3.3.4	- навыками, включающими способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и разрешать конфликты.
3.3.5	- навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;
3.3.6	- основными способами предупреждения опасных ситуаций; знание порядка действий в чрезвычайных ситуациях;
3.3.7	- основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; сформированность представлений об инфекционных и неинфекционных заболеваниях, способах профилактики; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам;
3.3.8	- о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого- социального и военного характера;

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов
	Раздел 1. Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства		
1.1	Государственная и общественная безопасность /Лек/	1	4
1.2	Роль личности, общества и государства в предупреждении и ликвидации чрезвычайных ситуаций /Пр/	1	2
	Раздел 2. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе		

2.1	Современные представления о культуре безопасности /Лек/	1	2
	Раздел 3. Безопасность в быту		
3.1	Источники опасности в быту. Профилактика и первая помощь при отравлениях и травмах /Лек/	1	4
3.2	Пожарная безопасность в быту. Безопасное поведение в местах общего пользования /Пр/	1	2
	Раздел 4. Безопасность на транспорте		
4.1	Безопасность дорожного движения. Правила безопасного поведения на разных видах транспорта /Пр/	1	2
	Раздел 5. Безопасность в общественных местах		
5.1	Опасности социально-психологического характера. Действия при угрозе или совершении террористического акта, пожара в общественных местах, обрушении конструкций /Пр/	1	2
	Раздел 6. Безопасность в природной среде		
6.1	Основные правила безопасного поведения в природной среде /Лек/	1	2
6.2	Природные чрезвычайные ситуации /Пр/	1	2
	Раздел 7. Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи		
7.1	Факторы, влияющие на здоровье человека. Инфекционные заболевания /Лек/	1	3
7.2	Неинфекционные заболевания: факторы риска и меры профилактики /Лек/	1	2
7.3	Психическое здоровье и психологическое благополучие /Пр/	1	1
	Раздел 8. Безопасность в социуме		
8.1	Конфликты и способы их разрешения /Пр/	1	2
8.2	Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия /Пр/	1	2
8.3	Психологические механизмы воздействия на большие группы людей /Пр/	1	2
	Раздел 9. Безопасность в информационном пространстве		
9.1	Безопасность в цифровой среде /Пр/	2	2
9.2	Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде /Лек/	2	2
9.3	Достоверность информации в цифровой среде /Пр/	2	2
	Раздел 10. Основы противодействия экстремизму и терроризму		
10.1	Экстремизм и терроризм как угроза устойчивого развития общества /Лек/	2	4
10.2	Правила безопасного поведения при угрозе и совершении /Пр/	2	2
10.3	Противодействие экстремизму и терроризму /Лек/	2	3
	Раздел 11. Основы военной подготовки		
11.1	Оборона страны как обязательное условие благополучного развития страны /Лек/	2	4
11.2	Виды, назначение и характеристики современного оружия /Пр/	2	2
11.3	Виды оружия массового поражения и поражающие факторы. Средства индивидуальной и коллективной защиты /Пр/	2	2
11.4	Беспилотные системы и радиосвязь /Пр/	2	1
11.5	Прикладной модуль: Раздел 1. Особенности профессиональной деятельности в рамках получаемой специальности или профессии, потенциальные опасности и их последствия /Лек/	2	4
11.6	Прикладной модуль: Раздел 2. Мероприятия и алгоритм оказания первой помощи при возникновении несчастного случая на производстве /Пр/	2	2
11.7	Прикладной модуль: Раздел 3. Знакомство с повседневным бытом военнослужащих /Пр/	2	2
11.8	Промежуточная аттестация по дисциплине (дифференцированный зачёт) /ЗачётСОц/	2	2

5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

5.1. Вопросы для самоконтроля и текущей аттестации

Перечень вопросов для подготовки обучающихся к дифференцированному зачету по дисциплине Основы безопасности и защиты Родины

1. Российская Федерация в современном мире. Правовая основа обеспечения национальной безопасности. Принципы

обеспечения национальной безопасности. Реализация национальных приоритетов как условие обеспечения национальной безопасности из устойчивого развития Российской Федерации. Взаимодействие личности, государства и общества в реализации национальных приоритетов. Государственные службы обеспечения безопасности, их роль и сфера ответственности, порядок взаимодействия с ними. Общественные институты и их место в системе обеспечения безопасности жизни и здоровья населения.

2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), структура, режимы функционирования. Территориальный и функциональный принцип организации РСЧС. Её задачи и примеры их решения. Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Задачи гражданской обороны. Права и обязанности

граждан Российской Федерации в области гражданской обороны.

3. Понятие «культура безопасности», его значение в жизни человека, общества и государства. Соотношение понятий «опасность», «безопасность», «риск» (угроза). Соотношение понятий «опасная ситуация», «чрезвычайная ситуация». Представление об уровнях взаимодействия человека и окружающей среды. Понятие «виктимность», «виктимное поведение», «безопасное поведение».

4. Общие принципы (правила) безопасного поведения. Индивидуальный, групповой, общественно-государственный уровень решения задачи обеспечения безопасности. Влияние действий и поступков человека на его безопасность и благополучие. Действия, позволяющие предвидеть опасность. Действия, позволяющие избежать опасности. Действия в опасной и чрезвычайной ситуации.

5. Источники опасности в быту, их классификация. Общие правила безопасного поведения. Причины и профилактика бытовых отравлений. Первая помощь, порядок действий в экстренных случаях в ситуациях бытового отравления. Предупреждение бытовых травм. Правила безопасного поведения в ситуациях, связанных с опасностью получить травму (спортивные

занятия, использование различных инструментов, стремянок, лестниц и другое). Первая помощь при ушибах, переломах, кровотечениях.

6. Основные правила пожарной безопасности в быту. Термические и химические ожоги. Основные правила безопасного поведения при обращении с газовыми и электрическими приборами. Последствия электротравмы. Порядок проведения сердечно-легочной реанимации. Первая помощь при ожогах.

7. Правила безопасного поведения в местах общего пользования (подъезд, лифт, придомовая территория, детская площадка, площадка для выгула собак и др.). Коммуникация с соседями. Меры по предупреждению преступлений. Правила безопасного поведения в ситуации коммунальной аварии. Порядок вызова аварийных служб и взаимодействие с ними.

8. История появления правил дорожного движения и причины их изменчивости. Рискоориентированный подход к обеспечению безопасности на транспорте. Безопасность пешехода в разных условиях (движение по обочине; движение в тёмное время суток; движение с использованием средств индивидуальной мобильности). Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях разного характера (при отсутствии пострадавших; с одним или несколькими пострадавшими; при опасности возгорания; с большим количеством участников).

9. Основные источники опасности на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности в метро. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности на водном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности на авиационном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации.

10. Общественные места и их классификация. Основные источники опасности в общественных местах закрытого и открытого типа. Общие правила безопасного поведения. Опасности в общественных местах социально-психологического характера (возникновение толпы и давки; проявление агрессии; криминальные ситуации; случаи, когда потерялся человек – ребенок, взрослый, пожилой человек, человек с ментальными нарушениями и т.п.)

11. Меры безопасности и порядок поведения при угрозе, в условиях совершения террористического акта. Порядок действий при угрозе возникновения пожара в различных общественных местах, на объектах с массовым пребыванием людей (лечебные, образовательные, культурные, торгово-развлекательные учреждения).

12. Меры безопасности и порядок действий при угрозе обрушения зданий и отдельных конструкций.

13. Источники опасности в природной среде. Основные правила безопасного поведения в лесу, в горах, на водоёмах. Общие правила безопасности в походе. Особенности обеспечения безопасности в лыжном походе. Особенности обеспечения безопасности в водном походе. Особенности обеспечения безопасности в горном походе.

14. Ориентирование на местности. Карты, традиционные и современные средства навигации (компас, GPS). Порядок действий в случаях, когда человек потерялся в природной среде. Сооружение убежища. Получение воды и питания. Способы защиты от перегрева и переохлаждения в разных природных условиях. Первая помощь при перегревании, переохлаждении.

15. Природные чрезвычайные ситуации. Общие правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера (предвидеть; избежать опасности; действовать: прекратить или минимизировать воздействие опасных факторов; дожидаться помощи).

16. Природные пожары. Возможности прогнозирования и предупреждения. Правила безопасного поведения. Последствия природных пожаров для людей и окружающей среды. Опасные геологические явления и процессы: землетрясения, извержение вулканов, оползни, сели, камнепады. Опасные гидрологические явления и процессы: наводнения, паводки, половодья, цунами, сели, лавины. Опасные метеорологические явления и процессы: бури, ливни, град, мороз, жара. Чрезвычайные

ситуации экологического характера, возможности прогнозирования, предупреждение.

17. Понятия «здоровье», «охрана здоровья», «здоровый образ жизни», «лечение», «профилактика». Биологические, социально-экономические, экологические (геофизические), психологические факторы, влияющие на здоровье человека. Составляющие здорового образа жизни: сон, питание, физическая активность, психологическое благополучие. Общие представления об инфекционных заболеваниях. Механизм распространения и способы передачи инфекционных заболеваний. Чрезвычайные ситуации биолого-социального характера. Меры профилактики и защиты. Роль вакцинации. Национальный календарь профилактических прививок. Вакцинация по эпидемиологическим показаниям. Значение изобретения вакцины для человечества.

18. Неинфекционные заболевания. Самые распространённые неинфекционные заболевания. Факторы риска возникновения сердечно-сосудистых заболеваний. Факторы риска возникновения онкологических заболеваний. Факторы риска возникновения заболеваний дыхательной системы. Факторы риска возникновения эндокринных заболеваний. Меры профилактики неинфекционных заболеваний. Роль диспансеризации в профилактике неинфекционных заболеваний. Признаки угрожающих жизни и здоровью состояний, требующие вызова скорой медицинской помощи (инсульт, сердечный приступ, острая боль в животе, эпилепсия, кровотечения и др.). Состояния, при которых оказывается первая помощь. Основные правила оказания первой помощи.

19. Психическое здоровье и психологическое благополучие. Критерии психического здоровья и психологического благополучия. Основные факторы, влияющие на психическое здоровье и психологическое благополучие. Основные направления сохранения и укрепления психического здоровья (раннее выявление психических расстройств; минимизация влияния хронического стресса: оптимизация условий жизни, работы, учёбы; профилактика злоупотребления алкоголем и употребления наркотических средств; помощь людям, перенёвшим психотравмирующую ситуацию). Меры, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья.

20. Первая помощь, история возникновения скорой медицинской помощи и первой помощи. Состояния, при которых оказывается первая помощь. Оказания первой помощи в сложных случаях (травма глаза, «сложные кровотечения», иные несчастные случаи на производстве). Первая помощь с использованием подручных средств, первая помощь при нескольких травмах одновременно. Действия при прибытии скорой медицинской помощи.

21. Понятие «конфликт». Стадии развития конфликта. Конфликты в межличностном общении; конфликты в малой группе. Факторы способствующие и препятствующие эскалации конфликта. Способы поведения в конфликте. Деструктивное и агрессивное поведение. Конструктивное поведение в конфликте. Роль регуляции эмоций при разрешении конфликта, виды эмоциональной регуляции. Способы разрешения конфликтных ситуаций. Основные формы участия третьей стороны в процессе урегулирования и разрешения конфликта. Ведение переговоров при разрешении конфликта. Опасные проявления конфликтов. Способы противодействия проявлению насилия.

22. Определение понятия «общение». особенности общения людей, принципы и показатели эффективного общения. Общие представления о понятиях «социальная группа», «большая группа», «малая группа».

23. Способы психологического воздействия. Психологическое влияние в малой группе. Положительные и отрицательные стороны конформизма.

24. Эмпатия и уважение к партнёру (партнёрам) по общению как основа коммуникации. Убеждающая коммуникация. Этапы убеждения. Подчинение и сопротивление влиянию. Манипуляция в общении. Цели, технологии и способы противодействия. Манипулятивное воздействие в группе. Манипулятивные приёмы. Манипуляция и мошенничество.

25. Психологическое влияние в больших группах. Способы воздействия на человека в большой группе (заражение; убеждение; внушение; подражание). Деструктивные и псевдопсихологические технологии. Противодействие вовлечению молодёжи в противозаконную и антиобщественную деятельность.

26. Понятия «цифровая среда», «цифровой след». Влияние цифровой среды на жизнь человека. Приватность, персональные данные. «Цифровая зависимость», её признаки и последствия. Опасности и риски цифровой среды, их источники. Правила безопасного поведения в цифровой среде. Кража персональных данных, паролей. Мошенничество, правила защиты от мошенников. Правила безопасного использования устройств и программ.

27. Поведенческие риски в цифровой среде и их причины. Опасные персоны, имитация близких социальных отношений. Неосмотрительное поведение и коммуникация в Сети как угроза для будущей жизни и карьеры. Травля в Сети, методы защиты от травли. Деструктивные сообщества и деструктивный контент в цифровой среде, их признаки. Механизмы вовлечения в деструктивные сообщества. Вербовка, манипуляция, воронки вовлечения. Радикализация деструктива. Профилактика и противодействие вовлечению в деструктивные сообщества. Правила коммуникации в цифровой среде.

28. Достоверность информации в цифровой среде. Источники информации. Проверка на достоверность. «Информационный пузырь», манипуляция сознанием, пропаганда.

29. Фальшивые аккаунты, вредные советчики, манипуляторы. Понятие «фейк», цели и виды, распространение фейков. Правила и инструменты для распознавания фейковых текстов и изображений. Понятие прав человека в цифровой среде, их защита.

30. Ответственность за действия в Интернете. Запрещённый контент. Защита прав в цифровом пространстве.

31. Экстремизм и терроризм как угроза устойчивого развития общества. Понятия «экстремизм» и «терроризм», их взаимосвязь. Варианты проявления экстремизма, возможные последствия. Преступления террористической направленности, их цель, причины, последствия. Опасность вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность: способы и признаки.

Предупреждение и противодействие вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность.

32. Формы совершения террористических актов. Уровни террористической угрозы. Правила поведения и порядок действий при угрозе или совершении террористического акта, проведении контртеррористической операции.

33. Правовые основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации. Основы государственной системы противодействия экстремизму и терроризму, её цели, задачи, принципы. Права и обязанности граждан и общественных организаций в области противодействия экстремизму и терроризму.

34. Роль Вооружённых Сил Российской Федерации и других войск, воинских формирований и органов повышения

мобилизационной готовности Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности. Воинские звания и военная форма одежды. Сущность единоначалия. Командиры (начальники) и подчинённые. Старшие и младшие. Приказ (приказание), порядок его отдачи и выполнения. Особенности прохождения службы по призыву, освоение военно-учетных специальностей. Особенности прохождения службы по контракту.

35. Организация подготовки офицерских кадров для ВС РФ, МВД России, ФСБ России, МЧС России. Военно-учебные заведения и военно-учебные центры

36. Стрелковое оружие. Назначение и тактико-технические характеристики современных видов стрелкового оружия (АК-12, ПЯ, ПЛ). Перспективы и тенденции развития современного стрелкового оружия.

37. Понятие оружия массового поражения. История его развития, примеры применения. Его роль в современном бою. Поражающие факторы ядерных взрывов. Отравляющие вещества, их назначение и классификация. Внешние признаки применения бактериологического (биологического) оружия. Основные виды средств индивидуальной и коллективной защиты.

Требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.

38. История возникновения и развития беспилотных авиасистем (БАС). Виды, предназначение, тактико-технические характеристики и общее устройство беспилотных летательных аппаратов (БПЛА). Способы боевого применения БПЛА. Конструктивные особенности БПЛА квадрокоптерного типа. Морские беспилотные аппараты (автономные необитаемые подводные аппараты (АНПА), безэкипажные катеры (БЭК). История возникновения и развития радиосвязи. Радиосвязь, назначение и основные требования. Предназначение, общее устройство и тактико-технические характеристики переносных радиостанций.

39. Тематическая экскурсия с показом учебных классов, казармы, специальной военной техники, посещение музея части. (прим: Экскурсия в Военный комиссариат в рамках акции «Есть такая профессия - Родину защищать», «День призванного»; организация встреч с представителями воинских частей, участниками СВО).

Задания для текущего контроля успеваемости

Вопросы для фронтального опроса по разделу 1. Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства.

1. Что такое «безопасность» в широком смысле слова?
2. Что такое чрезвычайная ситуация?
3. Какой сигнал системы оповещения и экстренной информации населению означает завывание sireны и мощных акустических систем длительно до 3-х минут?
4. С чем связаны социально-психологические риски?
5. Планируя посещение общественного места, что нужно сделать в первую очередь?
6. Какой уровень общественного взаимодействия играет основную роль в обеспечении безопасности?
7. Что такое Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история её создания, предназначение, структура, задачи?
8. Какие основные задачи гражданской обороны?
9. Как называется документ, определяющий стратегические приоритеты страны?
10. Какое право гарантирует статья 41 Конституции РФ?

Вопросы для фронтального опроса по разделу 2. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе

1. Что такое культура безопасности жизнедеятельности?
2. Чем характеризуется этот уровень развития человека и общества?
3. Какой подход наиболее эффективен при формировании культуры предусмотрительности?
4. Что является ключевым элементом в системе национальной защищённости?
5. Что является основным результатом высокой культуры защищённости в обществе?
6. Какое качество характера помогает человеку избежать неприятностей?
7. Какой навык важен при планировании маршрута передвижения?
8. Что характеризует ответственного человека?
9. Что поможет защитить личные данные?
10. Что характеризует разумный подход к самосохранению?

Вопросы для фронтального опроса по разделу 3. Безопасность в быту

1. Какие службы входят в систему обеспечения безопасности города?
2. Какие данные и в какой последовательности необходимо назвать при вызове по телефону службы безопасности?
3. Основные причины возникновения опасных ситуаций в квартире (доме)?
4. Основные причины затопления жилища?
5. Отравление бытовым газом в квартире (доме) может произойти в результате?
6. Придя домой, вы почувствовали запах газа. Выберите дальнейшие действия и определите их очередность?
7. В каких случаях нужно покинуть здание (квартиру) после взрыва?
8. Основные причины взрывов в жилых зданиях?
9. Электротравма или электрический удар током происходит в результате?
10. К упавшему на землю в сырую погоду оголённому электропроводу нельзя подходить ближе, чем на?

Вопросы для фронтального опроса по разделу 4. Безопасность на транспорте

1. Какое место в легковом автомобиле наиболее безопасное?
2. Какое место в поезде наиболее безопасное?
3. Как поступить при посадке в городской автобус, если на плечах рюкзак?
4. Что нужно сделать при входе в городской автобус для безопасности?
5. Как желательно разместиться в городском автобусе, если нет свободных мест для сидения?
6. Что запрещается делать в автобусе?
7. Как производится посадка и высадка из городского автобуса?
8. Как поступить, если после высадки из автобуса на загородном шоссе нужно перейти дорогу, а пешеходных переходов

нет?

9. Как поступить, если в метро упали вещи на рельсы?

10. Разрешено ли ходить в школьном автобусе во время движения?

Вопросы для фронтального опроса по разделу 5. Безопасность в общественных местах

1. Что следует делать, если вы потерялись в общественном месте?

2. Какой номер вызвать в экстренных ситуациях в России?

3. Как правильно вести себя в случае подозрительного поведения другого человека в общественном месте?

4. Что делать, если в вашем присутствии началась драка?

5. Как правильно вести себя в случае задымления в общественном месте?

6. Что нужно сделать, если вы увидели забытую сумку в метро?

7. Как можно предотвратить кражу в общественных местах?

8. Какова основная задача службы охраны в общественном месте?

9. Как вести себя на общественном транспорте, если рядом находятся агрессивные пассажиры?

10. Каковы основные правила безопасности при посещении массовых мероприятий?

Вопросы для фронтального опроса по разделу 6. Безопасность в природной среде

1. Каковы основные принципы безопасности при ориентировании в природной среде?

2. Что следует делать, если вы заблудились в лесу?

3. Какие элементы должны включать в себя аптечка для выживания?

4. Почему важно поддерживать связь с окружающим миром при автономном существовании?

5. Как правильно разводить костёр в природной среде?

6. Что следует делать перед тем, как отправиться в природу для автономного существования?

7. Какой элемент снаряжения является наиболее важным для безопасности в природной среде?

8. Как следует действовать, если вы заметили признаки близящейся грозы во время похода?

9. Почему важно знать основы ориентирования в природе?

10. Какой метод очищения воды наилучший для безопасного потребления в природных условиях?

Вопросы для фронтального опроса по разделу 7. Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи

1. Что необходимо установить при первом осмотре пострадавшего?

2. Какие основные типы повязок вам известны?

3. Какие виды переломов вы знаете?

4. В чем заключается первая помощь при синдроме длительного сдавливания?

5. Назовите основные виды кровотечений

6. Назовите признаки венозного кровотечения и способы его остановки

7. Каковы способы оказания первой помощи при признаках кровотечения внутренних органов?

8. Какие виды и степени ожогов различают?

9. Для каких целей используют правило ладони?

10. Каковы признаки теплового удара?

11. Какова помощь при возникновении солнечного удара?

12. Что способствует возникновению отморожения?

13. В чем заключается первая помощь при отморожениях?

14. Каковы приемы оказания первой помощи ребенку при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути?

15. Какова первая помощь пострадавшему при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, если он находится без сознания?

16. Чем отличается хроническое отравление от острого?

17. Что является эффективным средством для выведения токсичных веществ из организма?

18. В каких случаях может произойти обморок?

19. Каковы причины остановки сердца?

20. Какова должна быть частота вдуваний в легкие при проведении искусственного дыхания?

Вопросы для фронтального опроса по разделу 8. Безопасность в социуме

1. Столкновение противоположно направленных целей, позиций, мнений или взглядов оппонентов, или взаимодействия — это...?

2. Какая идея, как правило, становится основой для формирования экстремистских настроений?

3. Запугивание, устрашение населения с целью давления на государство и принимаемые им решения является отличительной чертой...?

4. Острый способ разрешения противоречий в интересах, целях, взглядах, возникающих в процессе социального взаимодействия и обычно сопровождающийся негативными эмоциями — это...?

5. Вербальные и невербальные элементы коммуникации, создающие напряжённую атмосферу в общении и задевающие собеседника — это...?

6. Стремление оказать влияние на восприятие или поведение других людей, побудить их действовать в своих интересах с помощью тактики скрытого обмана — это...?

7. Что является основной причиной возникновения противоречий между людьми?

8. Какой барьер препятствует результативному диалогу?

9. Эмпатия — это...?

10. Формула конфликта выглядит так: «конфликт = конфликтная ситуация + ...»?

Вопросы для фронтального опроса по разделу 9. Безопасность в информационном пространстве

1. Совокупность факторов и условий, создающих опасность для жизненно важных интересов личности, общества, государства в информационной сфере, называется?

2. Кто проверяет материалы, публикуемые в соцсетях?

3. Почему не рекомендуется использовать один, пусть даже очень сложный, пароль для входа во все свои аккаунты?
 4. Зачем необходимо резервное копирование данных?
 5. Вам пришло СМС-сообщение о том, что на ваш номер телефона по ошибке переведены деньги, которые просят вернуть. Ваши действия?
 6. В каких случаях сотрудник банка имеет право попросить сообщить пин-код банковской карты?
 7. Компьютерная игра — это?
 8. Вам пришло сообщение от друга с просьбой помочь деньгами. Что вы будете делать?
 9. Вам пришло сообщение с предложением работы с высокой оплатой. Каковы будут ваши действия?
 10. Как правильно реагировать на неоднократные угрозы в соцсетях?
- Вопросы для фронтального опроса по разделу 10. Основы противодействия экстремизму и терроризму.
1. Что такое экстремизм как выражение экстремистской идеологии и крайне агрессивной позиции человека или группы людей?
 2. Что такое противодействие экстремизму — комплекс действий по предупреждению, пресечению и раскрытию преступлений экстремистского характера?
 3. Какую ответственность предусматривают законы РФ за экстремистскую деятельность?
 4. Какие направления экстремистской деятельности выделяет закон?
 5. В каком законе РФ подчёркивается антисоциальный характер экстремистской деятельности?
 6. Что такое пропаганда экстремистских идей?
 7. Какие основные направления противодействия экстремистской деятельности?
 8. Что такое террористическая деятельность и что она включает в себя?
 9. Какие виды терроризма по характеру целей деятельности существуют?
 10. Какой закон устанавливает основные принципы противодействия терроризму, правовые и организационные основы профилактики терроризма и борьбы с ним?
- Вопросы для фронтального опроса по разделу 11. Основы военной подготовки
1. Что такое оборона Российской Федерации?
 2. Что представляет собой военная служба?
 3. Как называются люди, находящиеся на военной службе?
 4. В каком возрасте призывают мужчину на военную службу в Российскую армию?
 5. В какие сроки осуществляется призыв на действительную военную службу граждан Российской Федерации, проживающих в сельской местности?
 6. Какое наказание ожидает гражданина, уклоняющегося от призыва на военную или альтернативную службу в соответствии со статьёй 328 Уголовного Кодекса Российской Федерации?
 7. Какая мера наказания предусмотрена законом, если гражданин уклоняется от призыва путём причинения себе телесного повреждения или симуляции болезни, посредством подлога или путём другого обмана?
 8. Под воинской обязанностью понимается...
 9. Военная служба исполняется гражданами...
 10. Граждане Российской Федерации проходят военную службу...
 11. Составная часть воинской обязанности граждан Российской Федерации, которая заключается в специальном учете всех призывников и военнообязанных по месту жительства, - это:
 12. Заключение по результатам освидетельствования категории «Д» означает...
 13. Под увольнением с военной службы понимается...
 14. Запас Вооружённых Сил Российской Федерации предназначен для...
 15. Уставы ВС РФ подразделяются на...
 16. Боевые уставы ВС РФ содержат...
 17. Общевоинские уставы ВС РФ регламентируют...

5.2. Темы письменных работ (контрольных и курсовых работ, рефератов)

Примерный вариант контрольной работы для дифференцированного зачета по дисциплине Основы безопасности и защиты Родины с эталонами ответов

Вариант 1

Выберите один правильный ответ

1. Что такое «безопасность» в широком смысле слова?

- А) Отсутствие опасности, которая может повлечь за собой человеческие жертвы и/или ущерб здоровью;
- Б) Состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
- В) Возможность учиться, отдыхать, трудиться, получать необходимую медицинскую помощь

2. Что такое чрезвычайная ситуация?

- А) Чрезвычайное событие техногенного характера, происшедшее по эксплуатационным причинам и заключающаяся в разрушении технических устройств и сооружений;
- Б) Способность объектов, процессов и живых существ, при определенных условиях наносить вред здоровью и жизни человека;
- В) Обстановка на определенной территории, которая может повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности

3. Какой сигнал системы оповещения и экстренной информации населению означает завывание сирены и мощных акустических систем длительно до 3-х минут

- А) Внимание Всем!
- Б) Воздушная тревога
- В) Химическая опасность

- Г) Радиационная опасность
4. Какой уровень общественного взаимодействия играет основную роль в обеспечении безопасности:
- А) Индивидуальный уровень (роль личности);
- Б) Групповой уровень (роль группы – н-р, коллектив студенческой группы, участники похода, профессиональные группы, добровольческие команды и т.п.);
- В) Общественно-государственный уровень (роль государства – органы государственной власти, крупные общественные объединения и т.п.);
- Г) Планетарный уровень (роль объединенных усилий разных государств);
- Д) Все уровни играют одинаково важную роль
5. Какая пословица иллюстрирует одно из правил безопасного поведения «по возможности избегать опасности»?
- А) Умный в гору не пойдет – умный гору обойдет;
- Б) Волков бояться - в лес не ходить;
- В) Не буди Лихо пока оно тихо;
- Г) Семеро одного не ждут
6. Согласны ли вы с утверждением, что чем выше риск, тем серьезней должны быть меры защиты от его наступления?
- А) Да, полностью согласен; Б) Согласен отчасти;
- В) Не согласен с данным утверждением
7. Выберите основные источники опасности в быту:
- А) использование в быту электричества и газа;
- Б) использование в быту химических веществ;
- В) разведение костра на природе;
- Г) укрытие под деревом во время грозы;
- Д) использование неисправных бытовых приборов;
- Е) употребление некачественных продуктов питания
8. Неконтролируемое горение, причиняющее материальный ущерб, вред жизни и здоровью граждан, интересам общества и государства, называется:
- А) воспламенением;
- Б) возгоранием;
- В) пожаром;
- Г) пламенем
9. Ведущей причиной гибели людей при пожарах является:
- А) ожоги;
- Б) воздействие токсичных продуктов;
- В) падающие конструкции горящего здания
10. Средство индивидуальной мобильности – это ...
- А) Транспортное средство, имеющее одно или несколько колес, предназначенное для индивидуального передвижения человека посредством использования двигателя или двигателей
- Б) Транспортное средство, на котором нельзя перевозить пассажиров, за рулем и в салоне может находиться только водитель
- В) Транспортное средство, для управления которым не нужно предварительно обучаться
11. Что из перечисленного запрещается делать пассажиру?
- А) Отвлекать водителя от управления транспортным средством вовремя движения
- Б) При поездке на грузовом автомобиле с бортовой платформой стоять, сидеть на бортах или грузе выше бортов
- В) Открывать двери транспортного средства во время его движения
- Г) Все вышеперечисленное
12. Какому транспортному средству соответствует категория А водительских удостоверений на право управления транспортными средствами?
- А) Мотоциклы
- Б) Автомобили
- В) Трамваи
- Г) Троллейбусы
13. Что нужно сделать, обнаружив предмет, похожий на взрывное устройство?
- А) Позвать друзей, взять в руки и рассмотреть его;
- Б) Не трогать его, предупредить окружающих, сообщить о находке в полицию или любому должностному лицу;
- В) Ничего не предпринимать.
14. Когда вызываешь скорую помощь, полицию или пожарных нужно:
- А) Кричать как можно громче, чтобы сразу стало ясно, что нужна помощь;
- Б) Четко сказать, что случилось, где случилось, представиться, назвать точный адрес и телефон
- В) Представиться и подробно, в красках, рассказать обо всех событиях
15. Что самое опасное при нахождении в толпе?
- А) Двигаться по направлению движения толпы
- Б) Упасть
- В) Вести себя спокойно
16. Отметьте опасные метеорологические явления
- А) Землетрясения, извержения вулканов
- Б) Наводнения, снежные лавины
- В) Грозы, крупный град
17. На какие две группы можно разделить причины природных пожаров?
- А) Естественные и антропогенные

- Б) Естественные и искусственные
 В) Естественные и спланированные
18. Что такое цунами?
 А) Природный пожар
 Б) Длинные волны в океане, резко увеличивающиеся в размерах при приближении к берегам
 В) Аварии на опасных объектах
 Г) транспортные аварии
 Д) природные пожары
19. Как называется фактор, приводящий к ухудшению здоровья?
 А) Вредный
 Б) Медицинский
 В) Несчастный
 Г) Травмирующий
20. Здоровый образ жизни – это...
 А) такой образ жизни, который исключает вредные привычки, способствующие появлению различных заболеваний, и развивает полезные
 Б) своевременно начатое лечение
 В) позитивный настрой, ясное понимание достаточно простых правил поддержания здоровья
21. Укажите состояния, при которых оказывается первая помощь:
 А) Наружные кровотечения,
 Б) Остановка дыхания, кровообращения,
 В) Отравления,
 Г) Внутреннее кровотечение,
 Д) Инфекционные заболевания,
 Е) Обморожения и другие эффекты низких температур,
 Ж) Высокая температура
 З) Вывихи,
 И) Инородные тела в верхних дыхательных путях
22. Столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций, мнений или взглядов оппонентов, или субъектов взаимодействия – это...
 А) разговор на повышенных тонах
 Б) конфликт
 В) борьба за первенство
23. Какая идея, как правило, становится основой для формирования экстремистских настроений?
 А) Радикальная
 Б) Символическая
 В) Интуитивная
24. Запугивание, устрашение населения с целью давления на государство и принимаемые им решения является отличительной чертой
 А) Политического конфликта
 Б) Социального конфликта
 В) Террористической деятельности
25. Что такое цифровой след?
 А) Единица измерения информации
 Б) Данные, которые мы оставляем о себе при использовании Сети
 В) Биометрические данные
26. Как часто необходимо менять пароли от аккаунтов?
 А) В периодической смене пароля нет необходимости
 Б) Менять пароль необходимо периодически – например, не реже одного раза в 6 месяцев
 В) Только после попытки стороннего доступа или взлома
27. Фейк — это ...
 А) Любая недостоверная информация, размещенная в интернете
 Б) Навязчивая реклама
 В) Информационное сообщение
28. Комплекс действий по предупреждению, пресечению и раскрытию преступлений экстремистского характера, осуществляемый органами государственного управления и общественными объединениями в соответствии с национальным законодательством
 А) защита от экстремизма
 Б) противодействие экстремизму
 В) угроза экстремизму
29. Какой закон устанавливает основные принципы противодействия терроризму, правовые и организационные основы профилактики терроризма и борьбы с ним, минимизации и (или) ликвидации последствий проявлений терроризма, а также правовые и организационные основы применения Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом?
 А) Федеральный Закон «О противодействии терроризму»
 Б) Федеральный Закон «Антитеррористический закон РФ»
 В) Федеральный Закон «О безопасности»
30. Какую ответственность предусматривают Законы РФ за экстремистскую деятельность
 А) уголовную

- Б) финансовую
- В) материальную
- Г) административную

31. Соотнесите известные фразы и имена героев, которым они принадлежат:

1. Вы должны гордиться именем русских, ибо сие имя есть и будет знаменем победы!

А) Константин Константинович Рокоссовский

2. Только тот народ, который чтит своих героев, может считаться великим

Б) Александр Васильевич Суворов

3. Тяжело в учении – легко в походе! Легко в учении – тяжело в походе!

В) Михаил Илларионович Кутузов

4. Кто с мечом к нам придет, от меча и погибнет! Г) Александр Невский (герой фильма «Александр Невский» (1939 г.) реж. С. Эйзенштейн)

32. Верховным Главнокомандующим Вооруженных Сил Российской Федерации является (выберите один правильный ответ)

А) Президент РФ

Б) Министр обороны РФ

В) Председатель Правительства РФ

33. Укажите сферы военного применения беспилотных летательных аппаратов (БПЛА) (выберите один или несколько правильных ответов)

А) Разведка

Б) Поиск пропавших людей

В) Обнаружение целей и выполнение боевых задач

Г) Аэрофотосъемка для получения красивых кадров

Эталоны ответов:

1 Б 8 В 15 Б 22 Б 29 А

2 В 9 Б 16 В 23 А 30 А, Г

3 А 10 А 17 А 24 В 31 1-В; 2-А; 3-Б; 4-Г

4 Д 11 Г 18 Б 25 Б 32 А

5 А 12 А 19 А 26 Б 33 А, В

6 А 13 Б 20 А 27 А

7 А, Б, Д, Е 14 Б 21 А, Б, В, Г, Е, З, И 28 Б

Стартовые задания помогают студентам погрузиться в изучаемую тему, ознакомиться с основными понятиями и принципами курса. Ниже приведены примеры таких заданий для начальной стадии изучения дисциплины «Основы безопасности и защиты Родины».

■ Старт-задание №1: Определение понятий

Определите следующие термины и приведите примеры ситуаций, связанных с ними:

1. Безопасность.
2. Личная безопасность.
3. Государственная безопасность.
4. Гражданская оборона.
5. Терроризм.

■ Старт-задание №2: Анализ документов

Ознакомьтесь с нормативными актами федерального уровня, регулирующими сферу безопасности государства и общества.

Кратко изложите основные положения одного документа на выбор:

- Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»
- Федеральный закон «Об обороне»
- Постановление Правительства РФ «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций»

■ Старт-задание №3: Тестирование базовых знаний

Выполните небольшой тест по следующим вопросам:

1. Что такое аварийно-спасательные формирования?
2. Какие существуют виды угроз национальной безопасности?
3. Чем отличается понятие гражданской обороны от системы гражданской защиты?
4. Какой орган исполнительной власти осуществляет руководство системой ГОЧС?

■ Старт-задание №4: Самостоятельное изучение материала

Изучите материалы курса, касающиеся структуры МЧС России и определите основные направления деятельности министерства.

■ Старт-задание №5: Мини-проект

Разработайте памятку для жителей города/поселка на случай возникновения чрезвычайной ситуации (например, наводнения). Включите рекомендации по действиям, необходимым средствам индивидуальной защиты и контактам экстренных служб.

Эти задания помогут студенту начать освоение предмета, ознакомившись с базовыми концепциями и нормативно-правовым обеспечением сферы безопасности и защиты Родины.

Исследовательские задания способствуют развитию аналитических способностей студентов, углубляют понимание темы и позволяют самостоятельно изучать материал. Предлагаю пример исследовательского задания для студентов колледжа по дисциплине «Основы безопасности и защиты Родины».

Задание-исследование: Оценка рисков и разработка плана действий в случае ЧС в населенном пункте

Цель исследования:

Разработать индивидуальный план действий по снижению рисков и минимизации ущерба в результате возможных чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера в конкретном населённом пункте.

Этапы выполнения задания:

1. Выбор населённого пункта

Определитесь с городом или поселком, в котором вы живете либо часто бываете, и обозначьте географические особенности местности.

2. Анализ потенциальной опасности

Проведите оценку возможного типа опасных явлений, характерных для выбранной территории (землетрясения, пожары, наводнения, техногенные катастрофы).

3. Сбор статистической информации

Найдите официальные данные о произошедших чрезвычайных ситуациях в данном регионе за последние годы. Это могут быть публикации государственных ведомств, отчёты МЧС России, новостные заметки и др.

4. Определение ключевых факторов риска

Выделите факторы, повышающие риск возникновения различных видов ЧС на конкретной территории (географические условия, наличие потенциально опасных объектов промышленности, плотность застройки и т.п.).

5. Создание карты зон риска

Постройте карту населённого пункта с указанием зон повышенного риска, используя любые доступные ресурсы (карты Google Maps, Яндекс.Карты и т.д.). Нанесите на неё места расположения опасных производств, лесопарковых зон, водоёмов и прочих значимых элементов инфраструктуры.

6. Формулировка рекомендаций населению

Разработайте конкретные рекомендации жителям населённого пункта по поведению в разных видах чрезвычайных ситуаций (способы оповещения, правила эвакуации, необходимые средства индивидуальной защиты, адреса ближайших пунктов временного размещения и пункты выдачи гуманитарной помощи).

7. Представление результатов

Оформите отчёт в виде презентации PowerPoint или другого удобного формата, включив:

- название населённого пункта,
- таблицу потенциальных опасностей,
- карту зон риска,
- разработанные рекомендации.

Критерии оценки:

- полнота проведенного анализа рисков;
- качество проработанной карты зон риска;
- обоснованность предложенных мер предосторожности и правил поведения;
- грамотность оформления итогового отчета.

Задание-исследование позволит студентам применить полученные знания в реальной обстановке, повысить уровень осознанности относительно существующих угроз и выработать практические навыки планирования действий в кризисных ситуациях.

5.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации

Тестовое задание к разделу 1. Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства к разделу, 2. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе разделу, 3. Безопасность в быту, к разделу 4. Безопасность на транспорте, к разделу 5. Безопасность в общественных местах, к разделу 6. Безопасность в природной среде.

Выберите один правильный ответ

1. Составными частями национальной безопасности Российской Федерации являются:

- А) безопасность регионов РФ;
- Б) безопасность от внешних и внутренних угроз, безопасность каждого гражданина РФ;
- В) экономическая, политическая, военная, социальная, экологическая, информационная безопасность.

2. Назовите систему, созданную в России для предупреждения или ликвидации ЧС:

- А) система сил и средств для ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- Б) система наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды;
- В) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС

3. Средства коллективной защиты — это:

- А) инженерные сооружения гражданской обороны для защиты от оружия массового поражения и других современных средств нападения;
- Б) легкие сооружения для защиты населения от побочного действия атмосферы;
- В) средства защиты органов дыхания и кожи

4. Что такое национальная безопасность?

- А) система политических, экономических, военных, социальных, правовых и иных мер по подготовке к вооруженной защите государства;
- Б) состояние защищенности социальной сферы жизнедеятельности общества от угроз, способных разрушить социальный уклад или обусловить его деградацию;
- В) состояние защищенности национальных интересов государства от внешних и внутренних угроз, при котором обеспечиваются реализация конституционных прав и свобод граждан, достойные качество и уровень их жизни, гражданский мир и согласие в стране, охрана суверенитета, независимости и государственной целостности

5. Что такое «виктимность»?

- А) склонность человека стать жертвой преступления или попасть в ситуацию, угрожающую его жизни, здоровью, благополучию;
 Б) наука, изучающая поведение жертвы преступления;
 В) определенные объективные свойства жертвы преступления;
 Г) неспособность государства и общества защитить потенциальную жертву
6. Укажите основные правила безопасного поведения:
 А) предвидеть опасность;
 Б) по возможности избегать опасности;
 В) действовать всегда активно и беспечно;
 Г) безусловно доверять любому человеку и действовать по его просьбе;
 Д) при необходимости действовать
7. На какие вопросы необходимо ответить, чтобы оценить потенциально опасную ситуацию?
 А) что угрожает?
 Б) что делать?
 В) куда бежать?
 Г) кому угрожает?
8. Выберите верное утверждение?
 А) опасная ситуация отличается от экстремальной ситуации фактом взаимодействия с опасностью: в экстремальной ситуации взаимодействие с опасностью еще не произошло, опасная же ситуация характеризуется наличием взаимодействия с опасными факторами, которые могут угрожать жизни, здоровью, благополучию;
 Б) опасная ситуация отличается от экстремальной ситуации фактом взаимодействия с опасностью: в опасной ситуации взаимодействие с опасностью еще не произошло, экстремальная же ситуация характеризуется наличием взаимодействия с опасными факторами, которые могут угрожать жизни, здоровью, благополучию
9. Укажите основные признаки потенциальной опасности:
 А) получение травмы в результате столкновения или иной ситуации;
 Б) наличие рисков и угроз, которые могут вызвать негативные последствия для жизни, здоровья, благополучия.
10. Как называется группа травм, связанная с приготовлением пищи, уборкой и ремонтом помещений, отоплением жилища, уходом за животными и птицами:
 А) травмы, связанные с выполнением домашней работы;
 Б) травмы, полученные при передвижении и в результате падения;
 В) травмы, полученные при несчастных случаях, связанных с нарушениями норм общественного порядка.
11. Когда бытовая химия закончится, в таре из-под нее можно хранить
 А) продукты;
 Б) лекарства;
 В) нельзя ничего хранить
12. Что является признаком надежного интернет-магазина?
 А) красивый дизайн сайта;
 Б) низкие цены на предлагаемые товары;
 В) интернет-магазин имеет много положительных отзывов других покупателей;
 Г) наличие адреса, банковских реквизитов и контактной информации на сайте;
 Д) известность на рынке, признанный торговый бренд, стабильная репутация.
13. Опасными факторами пожара являются:
 А) Пламя, искры и тепловой поток; снижение видимости в дыму;
 Б) Снижение концентрации кислорода в воздухе; повышение температуры окружающей среды; вероятный взрыв;
 В) Повышенная концентрация отравляющих продуктов горения и термического разложения; пламя, искры и тепловой поток; снижение видимости в дыму; снижение концентрации кислорода в воздухе
14. Назовите признаки опасности:
 А) Недостаточность информации;
 Б) Возможность нанесения вреда здоровью;
 В) Чувство страха;
 Г) Защитный рефлекс
15. Что такое нерегулируемый пешеходный переход?
 А) Пешеходный переход, переходить который можно свободно, не ориентируясь на правила дорожного движения;
 Б) Пешеходный переход, на котором отсутствует светофор и не работает регулировщик;
 В) Пешеходный переход с регулируемой светофорами или регулировщиком последовательностью движений.
16. Какое действие водителю, совершившему наезд на пешехода, необходимо предпринять в ПЕРВУЮ очередь?
 А) Принять меры для защиты пострадавшего от движущихся автомобилей для исключения более серьезных повреждений. При необходимости оказать первую помощь;
 Б) Зафиксировать положение транспортного средства и пешехода относительно друг друга и объектов дорожной инфраструктуры (с помощью фото или видеокамеры);
 В) Принять участие в составлении протокола, ознакомиться со схемой ДТП;
 Г) Пройти медицинское освидетельствование на состояние опьянения по требованию сотрудника полиции.
17. Можно ли перемещать пострадавшего пешехода, на которого был совершен наезд?
 А) Нельзя перемещать пострадавшего так как это может быть опасно для его здоровья (доставить в ближайшее медицинское учреждение необходимо только в экстренном случае);
 Б) Да, пострадавшего нужно переместить в любой ситуации
18. Как необходимо эвакуировать пассажиров из автобуса, имеющего два выхода?
 А) Пассажиров необходимо как можно быстрее вывести из салона в любую доступную дверь;

- Б) Пассажиров необходимо разделить, начиная с середины салона, на две группы и организовать движение каждой группы в направлении выхода через ближайшую переднюю или заднюю дверь;
- В) Необходимо предоставить право эвакуировать себя каждому пассажиру самостоятельно, в зависимости от его позиции в салоне и удобства.
19. Во время нахождения на воздушном транспорте можно ли отстегивать ремни безопасности во время взлета и посадки, а также вставать со своих мест?
- А) Да, это возможно в том случае, если это необходимо для пассажира;
- Б) Категорически запрещается;
- В) Можно отстегнуть ремень, но вставать со своих мест пассажирам запрещено.
20. Общественное место – это ...
- А) общественные места открытого типа (дворовые площадки, городские парки и скверы, ярмарки и торговые ряды под открытым небом и др.);
- Б) это территория, на которой могут находиться или находятся люди, и которая не является частной собственностью граждан, используемой ими в личных целях;
- В) закрытого типа (образовательные учреждения, больницы, административные здания, театры и кинотеатры, музеи, торговые центры, объекты религиозного назначения и др.)
21. С чем связаны социально-психологические риски?
- А) с возможностью возникновения в общественном месте чрезвычайных ситуаций природного или техногенного характера: пожара, обрушения конструкций зданий и сооружений, урагана и др.;
- Б) с поведением людей;
- В) с техногенными чрезвычайными ситуациями
22. Планируя посещение общественного места, заранее
- А) оцените, кто из знаменитых людей посетит данное мероприятие;
- Б) оцените риски: конкретная территория, ход мероприятия с точки зрения наличия социально-психологических и криминальных рисков, а также рисков природного и техногенного характера;
- В) оцените стоимость билетов на данное мероприятие
23. Выберите действия при возникновении пожара в общественном здании, театре, многофункциональном центре и пр.
- А) услышав сигнал тревоги, покиньте здание, используя основные и запасные выходы;
- Б) продолжайте свое занятие, не отвлекаясь на сигнал тревоги, поскольку вы не видите источника опасности в данном месте;
- В) быстро бегите к лифту и спуститесь на нем вниз
24. Назовите методы террористов:
- А) обещание материальных благ и льгот населению;
- Б) взрывы и поджоги мест массового нахождения людей, захват людей в больницах, театрах, образовательных и других учреждений;
- В) правовое урегулирование проблемных ситуаций;
- Г) демонстрация катастрофических результатов террора
25. Какие виды чрезвычайных ситуаций (ЧС) относятся к ЧС биологического характера?
- А) пандемии инфекционных заболеваний людей, животных, растений;
- Б) наводнения, паводки, ледяные заторы, цунами, сели, снежные лавины;
- В) бури, ливни, грозы, крупный град, сильный мороз или жара, туман;
- Г) землетрясения, извержения вулканов, оползни, камнепады.
26. Какие виды ЧС относятся к ЧС геологического характера?
- А) бури, ливни, грозы, крупный град, сильный мороз или жара, туман;
- Б) землетрясения, извержения вулканов, оползни, камнепады;
- В) пандемии инфекционных заболеваний людей, животных, растений;
- Г) наводнения, паводки, ледяные заторы, цунами, сели, снежные лавины
27. Каковы причины естественных пожаров?
- А) такие пожары вызваны деятельностью человека и не связаны с сопутствующими или предшествующими пожару природными явлениями;
- Б) такие пожары возникают при влиянии таких природных факторов как продолжительная засуха, удар молнии, извержение вулкана, камнепад и т.д.
28. Автономное пребывание в природе – это ...
- А) независимое нахождение человека в природных условиях с использованием его навыков без посторонней помощи обеспечить свою жизнедеятельность и базовые потребности с использованием запасов или даров природы;
- Б) нахождение человека в природной среде в состоянии вынужденной изоляции;
- В) нахождение человека в природе с целью поиска способов эксплуатации природных ресурсов для получения материальной выгоды
29. Азимут – это ...
- А) угол между направлением на север и объектом;
- Б) угол между направлением на юг и объектом;
- В) угол между направлением на восток и объектом;
- Г) угол между направлением на запад и объектом

Эталоны ответов

- 1 В 7 А, Г 13 В 19 Б 25 А
2 В 8 Б 14 Б 20 Б 26 В

3 А 9 Б 15 Б 21 Б 27 Б
 4 В 10 А 16 А 22 Б 28 А
 5 А 11 В 17 А 23 А 29 А
 6 А, Б, Д 12 Г 18 Б 24 Б

Тестовое задание к разделу 8. Безопасность в социуме, к разделу 9. Безопасность в информационном пространстве
 Выберите один правильный ответ

1. Что из перечисленного относится к факторам, способствующим эскалации конфликта?
 А) нежелание продолжать и поддерживать дружеские, деловые, приятельские отношения;
 Б) ориентация на сотрудничество;
 В) выбор конструктивных действий в конфликте (привлечение медиатора, уважительное отношение к личности оппонента).
2. Особый вид насилия, который проявляется в агрессивном преследовании и травле человека, который не может постоять за себя – это ...
 А) манипуляция;
 Б) буллинг;
 В) конфликт
3. По какому признаку можно определить состояние выученной беспомощности?
 А) это поведение человека, перекладывающего ответственность на третьих лиц в опасной ситуации;
 Б) это поведение человека, оставленного без помощи в опасной ситуации; В) это поведение человека, при котором он не пытается улучшить свое положение даже в тех случаях, когда может это сделать
4. Регулярное проявление агрессии со стороны более сильного человека, наделенного властью и статусом, по отношению к более слабому партнеру, который не может себя защитить – это ...
 А) насилие;
 Б) буллинг;
 В) манипуляция
5. Стремление оказать влияние на восприятие и поведение других людей — это...
 А) давление;
 Б) манипуляция;
 В) мошенничество
6. Двухфакторная аутентификация пользователя – это...
 А) Авторизация в профиле с нескольких устройств одновременно – например, с компьютера и смартфона
 Б) Дополнительный способ защиты аккаунта от взлома, при котором производится не только стандартная проверка прав доступа, но и запрашивается дополнительное подтверждение – например, ввод одноразового кода, отправляемого по электронной почте, SMS или озвучиваемого роботом через звонок
 В) Настройка профиля, с помощью которой можно установить несколько паролей, ввести которые при авторизации необходимо будет по очереди
7. Виртуал или виртуальная личность - какие признаки позволят отличить такой вид фальшивого аккаунта от настоящего?
 А) Аккаунт заполнен за короткий промежуток времени - фотографии или посты созданы в один или несколько дней
 Б) Наличие в профиле друзей и подписок
 В) Тематика подписок и группы друзей никак не связаны между собой - общими интересами, географией проживания, возрастом и т.д.
8. Фишинг — это...
 А) Методы и способы вирусной рекламы и маркетинга
 Б) Группа фальшивых аккаунтов
 В) Использование поддельных писем и сайтов для получения конфиденциальных данных пользователей.
9. Информационная манипуляция часто встречается в Сети - ее приемами пользуются блогеры, маркетологи, администраторы сообществ и т.д. для изменения мнения аудитории по важным вопросам или для давления с целью принятия нужных манипулятору решений. По каким признакам возможно распознать приемы манипуляции?
 А) Создание иллюзии единства - стремление подчеркнуть «уникальность» пользователей услуги, подписчиков, участников сообщества
 Б) Создание иллюзии причастности к секретам, тайнам и эксклюзивной информации - стремление подчеркнуть ценность положения подписчиков и пользователей, их близость к уникальным знаниям
 В) Использование блогером или другим публичным лицом рекламных интеграций
10. Цифровая зависимость - актуальная и серьезная опасность, порождаемая цифровой средой. Как необходимо вести себя, чтобы избежать ее проявлений?
 А) Следить за количеством времени, проведенным за устройством и не забывать включать в свое расписание отдых, прогулки и другие виды досуга
 Б) Приобрести более современные гаджеты с качественным экраном и аудиосистемой
 В) Избегать частого бессистемного просмотра информации в Интернете, выбрать другой вид отдыха или досуга.

Тестовое задание к разделу 10. Основы противодействия экстремизму и терроризму

1. Установите соответствия видов терроризма по характеру целей деятельности
 А) Политический
 Б) Религиозный
 В) Криминальный
 Г) Националистический Д) Кибертерроризм
 1) ненависть, крайняя нетерпимость к другим религиям;

- 2) использование в политических целях технических способов дезорганизации работы АИС общественного управления и связи;
- 3) завоевание политической власти, свержение существующей государственной власти;
- 4) действия уголовно наказуемыми методами: убийства, грабежи, диверсии, контрабанда;
- 5) провокация межнациональных конфликтов для нарушения общественной безопасности, провозглашения преимуществ одной нации над другими

2. Террористическая деятельность включает в себя (выберите один или несколько правильных ответов):

- А) планирование, финансирование, подготовку и организацию террористического акта;
- Б) нормативно-правовую основу защиты личности, общества, государства;
- В) подстрекательство к террору, вербовку, обучение террористов, организацию незаконного вооруженного формирования;
- Г) пропаганду идей терроризма: распространение печатных, видеоматериалов, призывающих к террору;
- Д) состояние защищенности здания, строения, сооружения, иного объекта, места массового пребывания людей

3. Что из перечисленного не относится к экстремистской деятельности?

- А) оправдание нацистской и фашистской идеологий, демонстрация и использование нацистской символики и атрибутики либо атрибутики или символики экстремистских организаций;
- Б) кража ценного предмета;
- В) насильственное изменение основ конституционного строя и нарушение территориальной целостности России

4. Установите соответствия

- А) Экстремистская группа
- Б) Экстремистская организация
- В) Экстремистская акция

1) заранее спланированные и организованные людьми действия выраженного агрессивного характера с применением крайних методов достижения экстремистских целей;

2) неформальная группа лиц, придерживающихся идеологии насилия, крайних мер и методов деятельности, с причинением морального и материального ущерба личности, обществу и государству, с применением или угрозой применения оружия, физической силы, химических и взрывчатых веществ;

3) устойчивая группа лиц, поддерживающая определенную структуру и субординация в группе как во время подготовки, так и в процессе осуществления экстремистской акции.

5. Вставьте пропущенные слова в определение:

— это распространение идеи ненависти к людям другой национальности, социальной, расовой, языковой или религиозной принадлежности.

Тестовое задание к разделу 7. Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи

Выберите один или несколько правильных ответов:

1) Когда следует проводить сердечно-легочную реанимацию пострадавшего?

- а) При потере пострадавшим сознания, независимо от наличия пульса на сонной артерии и дыхания.
- б) При потере пострадавшим сознания и отсутствии пульса на сонной артерии, а также признаков дыхания.

2) В чем заключается первая помощь пострадавшему, находящемуся в сознании, при повреждении позвоночника? Уложить пострадавшего на бок.

б) Лежащего пострадавшего не перемещать. Следует наложить ему на шею импровизированную шейную шину, не изменяя положения шеи и тела.

с) Пострадавшему, лежащему на спине, подложить под шею валик из одежды и приподнять ноги.

3) Как обеспечить восстановление и поддержание проходимости дыхательных путей пострадавшего при подготовке к проведению сердечно-легочной реанимации?

а) Очистить ротовую полость от слюны и рвотных масс. Уложить пострадавшего на спину, запрокинуть ему голову, поднять подбородок и выдвинуть нижнюю челюсть

б) Уложить пострадавшего на бок, наклонить его голову к груди. Очистить ротовую полость от слюны и рвотных масс

с) Уложить пострадавшего на спину и, не запрокидывая ему голову, сжать щеки, чтобы раздвинуть губы и раскрыть рот. Очистить ротовую полость от слюны и рвотных масс.

4) Разрешено ли давать пострадавшему, находящемуся в бессознательном состоянии, лекарственные средства?

- а) Разрешено
- б) Разрешено в случае крайней необходимости
- с) Запрещено

5) О каких травмах у пострадавшего может свидетельствовать поза «лягушки» (ноги согнуты в коленях и разведены, а стопы развернуты подошвами друг к другу) и какую первую помощь необходимо при этом оказать?

а) У пострадавшего могут быть ушиб брюшной стенки, перелом лодыжки, перелом костей стопы. При первой помощи вытянуть ноги, наложить шины на обе ноги от голеностопного сустава до подмышки.

б) У пострадавшего могут быть перелом шейки бедра, костей таза, перелом позвоночника, повреждение внутренних органов малого таза, внутреннее кровотечение. Позу ему не менять, ноги не вытягивать, шины не накладывать. При первой помощи подложить под колени валик из мягкой ткани, к животу по возможности приложить холод.

с) У пострадавшего могут быть перелом костей голени и нижней трети бедра. При первой помощи наложить шины только на травмированную ногу от голеностопного до коленного сустава, не вытягивая ногу.

6) Как следует расположить руки на грудной клетке пострадавшего при выполнении непрямого массажа сердца?

а) Основания ладоней обеих рук должны располагаться на грудной клетке на два пальца выше мечевидного отростка так, чтобы большой палец одной руки указывал в сторону левого плеча пострадавшего, а другой - в сторону правого плеча.

б) Основания ладоней обеих рук, которые накладываются одна на другую, должны располагаться на груди на два пальца выше мечевидного отростка так, чтобы большой палец одной руки указывал в сторону подбородка пострадавшего, а другой - в сторону живота.

с) Непрямой массаж сердца выполняют основанием ладони только одной руки, расположенной на грудной клетке на два

пальца выше мечевидного отростка. Направление большого пальца не имеет значения.

7) Как остановить кровотечение при ранении вены и некрупных артерий?

- a) Наложить давящую повязку на место ранения.
- b) Наложить жгут выше места ранения.
- c) Наложить жгут ниже места ранения.

8) При потере пострадавшим сознания и наличии пульса на сонной артерии для оказания первой помощи его необходимо уложить:

- a) На спину с подложенным под голову валиком.
- b) На спину с вытянутыми ногами.
- c) На бок так, чтобы согнутые колени опирались о землю, а верхняя рука находилась под щекой.

9) Как определить наличие пульса на сонной артерии пострадавшего?

- a) Три пальца руки располагают с левой стороны шеи под нижней челюстью.
- b) Три пальца руки располагают с правой или левой стороны шеи на уровне щитовидного хряща гортани (кадыка) и осторожно продвигают вглубь шеи между щитовидным хрящом и ближайшей к хрящу мышцей.
- c) Большой палец руки располагают на шее под подбородком с одной стороны гортани, а остальные пальцы – с другой стороны.

10) Что необходимо сделать для извлечения инородного тела, попавшего в дыхательные пути пострадавшего?

- a) Уложить пострадавшего на свое колено лицом вниз и ударить кулаком по спине несколько раз.
- b) Вызвать рвоту, надавив на корень языка. При отрицательном результате ударить ребром ладони по спине пострадавшего либо встать спереди и сильно надавить кулаком на его живот.
- c) Ударить несколько раз ладонью по спине пострадавшего. При отрицательном результате встать сзади, обхватить его обеими руками на уровне нижних ребер, сцепить свои руки в кулак, одновременно сдавить его ребра и резко надавить на область живота кулаком в направлении внутрь и вверх.

11) На какой срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут?

- a) Не более получаса в теплое время года и не более одного часа в холодное время года.
- b) Не более одного часа в теплое время года и не более получаса в холодное время года.
- c) Время не ограничено.

12) Какова первая помощь при наличии признаков термического ожога второй степени (покраснение и отек кожи, образование на месте ожога пузырей, наполненных жидкостью, сильная боль)?

- a) Полить ожоговую поверхность холодной водой, смазать спиртовой настойкой йода, накрыть стерильной салфеткой и туго забинтовать. Дать болеутоляющее средство из индивидуальной аптечки.
- b) Вскрыть пузыри, очистить ожоговую поверхность от остатков одежды, накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), приложить холод, поить пострадавшего водой.
- c) Пузыри не вскрывать, остатки одежды с обожженной поверхности не удалять, рану накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), приложить холод, дать болеутоляющее средство из индивидуальной аптечки (при отсутствии аллергии на него) и поить пострадавшего водой.

13) Каковы признаки кровотечения из крупной артерии и первая помощь при ее ранении?

- a) Одежда быстро пропитывается кровью, кровь темного цвета вытекает из раны пассивно. Накладывается давящая повязка на место ранения.
- b) Одежда пропитана кровью, кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струей. Накладывается кровоостанавливающий жгут выше места ранения не менее чем на 3-5 см.
- c) Одежда пропитывается кровью только в месте ранения (цвет крови не имеет значения), кровь вытекает из раны пассивно. Накладывается кровоостанавливающий жгут ниже места ранения не менее чем на 3-5 см.

14) Как оказывается первая помощь при переломах конечностей, если отсутствуют транспортные шины и подручные средства для их изготовления?

- a) Верхнюю конечность, вытянутую вдоль тела, прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности прибинтовывают друг к другу, проложив между ними мягкую ткань.
- b) Верхнюю конечность, согнутую в локте, подвешивают на косынке и прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности прибинтовывают друг к другу, обязательно проложив между ними мягкую ткань.
- c) Верхнюю конечность, согнутую в локте, подвешивают на косынке и прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности плотно прижимают друг к другу и прибинтовывают.

15) Какова первая помощь при травме волосистой части головы?

- a) Наложить импровизированную шейную шину. К ране волосистой части головы приложить давящую повязку из стерильного бинта, пострадавшего уложить на бок с согнутыми в коленях ногами, к голове приложить холод.
- b) Наложить импровизированную шейную шину, на рану наложить стерильный ватный тампон, пострадавшего уложить на спину, приподняв ноги. К голове приложить холод.
- c) Шейную шину не накладывать, рану заклеить медицинским пластырем, пострадавшего уложить на бок только в случае потери им сознания.

16) Каким образом проводится сердечно-легочная реанимация пострадавшего?

- a) Искусственная вентиляция легких и непрямой массаж сердца: вначале 1 вдох методом «Рот ко рту», затем 15 надавливаний на грудину.
- b) Непрямой массаж сердца и искусственная вентиляция легких: вначале 5 надавливаний на грудину, затем 1 вдох методом «Рот ко рту».
- c) Непрямой массаж сердца и искусственная вентиляция легких: вначале 30 надавливаний на грудину, затем 2 вдоха методом «Рот ко рту».

Эталоны ответов

1 b 5 b 9 b 13 b

2 б 6 б 10 с 14 б
 3 а 7 а 11 б 15 а
 4 с 8 с 12 с 16 с

Тестовое задание к разделу 11. Основы военной подготовки.

1. Дополните предложение. Боевые традиции-это...

- а. система межличностных отношений в воинских коллективах;
- б. народные обычаи, перенесённые в сферу военных отношений;
- в. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с выполнением боевых задач и населением воинской службы;
- г. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение уставные и неуставные взаимоотношения.

2. Дополни предложение. Ордена-это...

- а. почётные ведомственные награды за успехи в различной деятельности;
- б. наградные государственные знаки за успехи на производстве;
- в. почётные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги.
- г. почётные награды министра обороны РФ за безупречное служение Родине.

3. Какие государственные награды России и бывшего СССР сохранены в системе госнаград Российской Федерации?

- а. орден Святого Георгия и знак отличия Георгиевский крест;
- б. орден «За заслуги перед Отечеством»;
- в. военные ордена Суворова, Ушакова, Кутузова, Александра Невского, Нахимова;
- г. орден и медаль «За заслуги перед отечеством».

4. На какие виды условно можно подразделить воинские ритуалы?

- а. парадной деятельности;
- б. боевой деятельности;
- в. учебно-боевой деятельности;
- г. повседневной деятельности;
- д. гарнизонной и караульной служб;
- е. боевой учёбы.

5. Дополни предложение. Воинская обязанность-это...

- а. особый вид государственной службы, исполняемой гражданами в Вооружённых силах и других войсках;
- б. установленный государством воинский долг по военной защите своей страны;
- в. установленный государством почётный долг граждан с оружием в руках защищать своё Отечество, нести службу в рядах, Вооружённых сил, проходить вневоинскую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности.

6. Что предусматривает воинская обязанность граждан в период мобилизации, военного положения и в военное время?

- а. отсрочку от военной службы;
- б. призыв на военную службу;
- в. прохождение военной службы;
- г. военное обучение;
- д. призыв на военные сборы и их прохождение.

7. Какие санкции принимаются в отношении гражданина, на являющегося по вызову военного комиссариата в указанный срок без уважительной причины?

- а. моральная и материальная ответственность;
- б. дисциплинарная ответственность в соответствии с законодательством РФ;
- в. административная ответственность в соответствии с законодательством РФ;
- г. уголовная ответственность в соответствии с Уголовным кодексом РФ.

8. Что предусматривает обязательная подготовка к военной службе?

- а. подготовку по основам военной службы в общеобразовательных учреждениях и учебных пунктах органов местного самоуправления;
- б. участие в военно-патриотической работе и подготовку в военно-патриотических объединениях;
- в. членство в какой-либо организации, имеющей военную направленность;
- г. овладение одной или несколькими военно-учётными специальностями;
- д. прохождение медицинского освидетельствования.

9. Что рекомендуется делать гражданам в рамках добровольной подготовки к военной службе?

- а. ежедневно выполнять комплекс упражнений утренней гимнастики
- б. заниматься военно-прикладными видами спорта;
- в. обучаться по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в ВУЗах.
- г. обучаться в соответствии с дополнительными образовательными программами.

10. Дополните предложение? Честь-это...

- а. общественно-моральное достоинство, которое вызывает и поддерживает общее уважение, чувство гордости;
- б. вежливое и достойное отношение к людям;
- в. признанием общественным мнением и осознание самим человеком высокой социальной ценности выполняемого им долга.

Эталоны ответов

1 б 5 в 9 б, в, г
 2 в 6 б, в, г 10 в
 3 а, в 7 в

4 б, в, г 8 а, б, г, д

Кейсовое задание — эффективный способ проверки усвоенных студентами теоретических знаний и развития практических навыков решения проблем. Вот примерный набор заданий, соответствующих курсу дисциплины «Основы безопасности и защиты Родины», ориентированный на подготовку студентов колледжей:

Кейс №1: Пожарная безопасность

Задание: Вы находитесь дома один вечером, почувствовали запах дыма. Из окна соседней квартиры виден дым, поступающий внутрь вашего помещения. Что необходимо предпринять немедленно?

Вопросы для анализа ситуации:

1. Какие шаги надо сделать первым делом при обнаружении признаков пожара?
2. Как определить степень опасности происходящего события?
3. Назовите правила эвакуации из здания при пожаре.
4. Перечислите способы самоспасения и оказания первой помощи пострадавшим.

Кейс №2: Терроризм и экстремизм

Задание: Представьте ситуацию, что вы стали свидетелем подозрительного поведения незнакомого лица рядом с вашим учебным заведением. Человек оставил сумку около входа и быстро ушел. Ваши дальнейшие действия?

Вопросы для анализа ситуации:

1. По каким признакам вы можете оценить угрозу взрыва или террористического акта?
2. Куда следует обратиться в первую очередь?
3. Опишите порядок действий, рекомендованный службами экстренного реагирования.
4. Приведите алгоритм самообороны и предотвращения паники среди окружающих.

Кейс №3: Экологическая катастрофа

Задание: Ваш город подвергся воздействию химического загрязнения окружающей среды вследствие аварии на близлежащем химическом заводе. У вас началась головная боль, тошнота, затрудненное дыхание. Действия?

Вопросы для анализа ситуации:

1. Признаки химической интоксикации организма.
2. Меры личной профилактики при угрозе воздействия токсичных веществ.
3. Алгоритм действий населения при объявлении чрезвычайной экологической ситуации.
4. Правила обращения в медицинские учреждения и специализированные службы.

Кейс №4: Антитеррористическая защита образовательных учреждений

Задание: Во время учебного процесса в вашем колледже проводится мероприятие с большим количеством учащихся и гостей. Внезапно поступает информация о возможной угрозе совершения террористического акта. Вам поручено обеспечить эвакуацию учеников и персонала.

Вопросы для анализа ситуации:

1. Что включает антитеррористический комплекс мероприятий образовательного учреждения?
2. Назовите меры по обеспечению безопасности детей и сотрудников при эвакуации.
3. Кто несет ответственность за организацию безопасной эвакуации?
4. Где находится наиболее безопасное место сбора участников мероприятия после эвакуации?

Кейс №5: Обеспечение безопасности жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях природного характера

Задание: После сильного землетрясения здание колледжа частично разрушено, многие учащиеся находятся внутри. Организация спасательной операции становится первоочередной задачей администрации.

Вопросы для анализа ситуации:

1. Основные принципы организации спасения пострадавших при ЧС.
2. Порядок действий руководителей учебных заведений при возникновении стихийных бедствий.
3. Возможные пути снижения риска травматизма среди обучающихся.
4. Принципы ликвидации последствий природных катаклизмов силами органов власти и волонтерских организаций.

Эти задания позволяют студентам развить способность оперативно реагировать на различные угрозы жизни и здоровью, грамотно оценивать риски и действовать эффективно в нестандартных условиях.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)			
6.1. Рекомендуемая литература			
6.1.1. Основная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год, эл. адрес
Л1.1	Сычев Юрий Николаевич	Основы безопасности и защиты Родины: Учебное пособие	НИЦ ИНФРА-М, 2025
6.1.2. Дополнительная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год, эл. адрес
Л2.1	Ковальчук Александр Николаевич, Ковальчук Наталья Михайловна	Основы безопасности жизнедеятельности. Часть 1. Основы защиты населения и территорий от военных, техногенных и природных чрезвычайных ситуаций: Учебное пособие	НИЦ ИНФРА-М, 2023

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год, эл. адрес
Л2.2	Ковальчук Александр Николаевич	Основы безопасности жизнедеятельности. Часть 2. Основы подготовки граждан к военной службе: Учебное пособие	НИЦ ИНФРА-М, 2023
6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"			
6.2.1 Перечень программного обеспечения			
6.3.1.1	Российская электронная школа (РЭШ) — онлайн-платформа, предоставляющая доступ к учебникам, методическим материалам и заданиям по различным дисциплинам, включая ОБЖ и ОВС. https://resh.edu.ru/		
6.3.1.2	Федеральная служба войск национальной гвардии Российской Федерации — сайт нацгвардии включает различные инструкции и нормативные акты, полезные для изучения вопросов гражданской обороны и действий в чрезвычайных ситуациях. http://rosguard.gov.ru/		
6.3.1.3	Министерство по чрезвычайным ситуациям (МЧС России) — официальный ресурс МЧС содержит много материалов по вопросам профилактики ЧС, правил поведения в условиях угрозы и оказания первой помощи. https://www.mchs.gov.ru/		
6.3.1.4	Интернет-портал Министерства обороны РФ — специализированный ресурс, содержащий материалы по организации оборонительной деятельности, нормативно-правовые акты и рекомендации по службе. https://mil.ru/		
6.3.1.5	https://znanium.ru/		
6.2.2 Перечень информационных справочных систем и ресурсов сети Интернет			

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
7.1	Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения: реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета Основы безопасности и защиты Родины / Безопасность жизнедеятельности.
7.2	Эффективность преподавания курса «Основы безопасности и защиты Родины» зависит от наличия соответствующего материально-технического оснащения. Это объясняется особенностями курса, в первую очередь, его многопрофильностью и практической направленностью. Материально-техническое обеспечение кабинета ОБЗР включает: нормативные документы (в актуальной редакции); плакаты/стенды; технические средства обучения; специальные технические средства (модели). Кроме того, необходимо наличие площадок для практических занятий. Учебно-методическое обеспечение реализации программы должно соответствовать действующему законодательству.
7.3	
7.4	Нормативные документы в актуальной редакции:
7.5	- Конституция Российской Федерации
7.6	- Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»
7.7	- Федеральный закон «О гражданской обороне»
7.8	- Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»
7.9	- Федеральный закон «О пожарной безопасности»
7.10	- Федеральный закон «О радиационной безопасности населения»
7.11	- Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»
7.12	- Федеральный закон «О противодействии терроризму»
7.13	
7.14	Плакаты/стенды:
7.15	- Стенд с изображением Государственной символики Российской Федерации;
7.16	- Комплект демонстрационных учебных таблиц по предметной области (действия населения при авариях и катастрофах; гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций; правила оказания первой помощи; правила поведения в ЧС природного и техногенного характера; противодействие терроризму и экстремизму; уметь действовать при пожаре; действия населения при стихийных бедствиях; иные, связанные с различными тематиками дисциплин ОБЗР/БЖ)
7.17	
7.18	Технические средства обучения:
7.19	- Персональный компьютер (лицензионное программное обеспечение, образовательный контент и система защиты от вредоносной информации, программное обеспечение для цифровой лаборатории);
7.20	- Телевизор.
7.21	
7.22	Специальные технические средства. Модели
7.23	- Система хранения тренажеров;

7.24	- Сейф оружейный;
7.25	- Цифровая лаборатория по основам безопасности жизнедеятельности;
7.26	- Мини-экспресс-лаборатории радиационно-химической разведки;
7.27	- Дозиметр;
7.28	- Газоанализатор кислорода и токсичных газов с цифровой индикацией показателей;
7.29	- Защитный костюм;
7.30	- Измеритель электропроводности, кислотности и температуры;
7.31	- Компас-азимут;
7.32	- Противогаз взрослый, фильтрующе-поглощающий;
7.33	- Самоспасатель фильтрующий и изолирующий (СПИ-20, СПФ и т.д.)
7.34	- Респиратор;
7.35	- Макет гранат Ф-1 и РДГ-5;
7.36	- Комплект массо-габаритных моделей оружия;
7.37	- Магазин к автомату Калашникова с учебными патронами;
7.38	- Стрелковый тренажер;
7.39	- Макет простейшего укрытия в разрезе;
7.40	- Макет БПЛА;
7.41	- Тренажер для оказания первой помощи на месте происшествия;
7.42	- Имитаторы ранений и поражений для тренажера-менекена;
7.43	- Тренажер для освоения навыков сердечно-легочной реанимации взрослого и ребенка;
7.44	- Образцы первичных средств пожаротушения, огнетушителей;
7.45	- Лабораторно-технологическое оборудование для оказания первой помощи (дыхательная трубка (воздуховод), гипотермический пакет, индивидуальный перевязочный пакет, индивидуальный противохимический пакет, бинт марлевый медицинский нестерильный, вата медицинская компрессная, косынка медицинская (перевязочная), повязка медицинская большая стерильная, повязка медицинская малая стерильная, булавка безопасная, жгут кровоостанавливающий эластичный, комплект шин складных средний, шины проволочные (лестничные) для ног и рук, носилки санитарные, лямка медицинская носилочная, пипетка, термометр электронный для измерения температуры тела, иное);
7.46	
7.47	Площадки для практических занятий:
7.48	- Военизированная полоса препятствий в соответствии с требованиями начальной военной подготовки или элементы полосы препятствий;
7.49	- Площадка для занятий строевой подготовкой при проведении учебных сборов и в рамках практических занятий;
7.50	
7.51	Учебно-методическое обеспечение программы:
7.52	Для реализации программы библиотечный фонд колледжа иметь электронные образовательные и информационные ресурсы, допущенные к использованию при реализации образовательных программы СПО на базе основного общего образования.
7.53	
7.54	

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Дифференцированный зачет проводится в виде письменной экзаменационной работы.

Для проведения дифференцированного зачета сформирован фонд оценочных средств, позволяющий оценить знания, умения, приобретенный учебный опыт.

Оценочные средства составлены на основе рабочей программы дисциплины и охватывают наиболее актуальные разделы и темы.

Перечень вопросов, выносимых на дифференцированный зачет, разработан преподавателем дисциплины, рассмотрен на заседании кафедры общеобразовательных и гуманитарных дисциплин и утвержден заместителем директора по УМР.

Задания для оценки освоения умений и усвоения знаний по дисциплине, рекомендуемые для подготовки к дифференцированному зачету, доведены до сведения обучающихся.

Условия проведения промежуточной аттестации по дисциплине:

Место проведения: учебный кабинет Основы безопасности и защиты Родины.

Количество вариантов – 2.

Время выполнения задания – 90 минут.

Критерии оценки освоения программы дисциплины:

Оценка «5» (отлично) – выставляется обучающемуся, допустившему до 10 % ошибок в тестовом задании.

Оценка «4» (хорошо) – выставляется обучающемуся, допустившему до 30 % ошибок в тестовом задании.

Оценка «3» (удовлетворительно) –выставляется обучающемуся,допустившему до 45 % ошибок в тестовом задании.

Оценка «2» (неудовлетворительно) –обучающийся допустил более 45 % ошибок в тестовом задании.

Каждый вариант зачетной работы состоит из 25 заданий разного уровня сложности: задания на установление соответствия объектов и процессов, задания на установление последовательности, задания на анализ и синтез информации, задания с кратким ответом.

Оценка фиксируется преподавателем в соответствующей графе бланка «Ведомость промежуточной аттестации».