

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

СГ.03 Безопасность жизнедеятельности

для студентов, обучающихся по специальности

49.02.01 Физическая культура

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденным Приказом Минтруда России от 18.10.2013 г. № 544 Н (с изм. от 25.12.2014), с учетом **примерной рабочей программы учебной дисциплины социально-гуманитарного цикла «Безопасность жизнедеятельности»**, примерной образовательной программы среднего профессионального образования, рабочей программы воспитания и на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 11 ноября 2022 г. N 968 (с изменениями от 03.07.2024 г. № 464) по специальности

код	наименование специальности
49.02.01	Физическая культура (программа подготовки специалистов среднего звена)

Разработчики:

	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень (звание) [квалификационная категория]	Должность
1	Суханов Роман Николаевич	высшая	преподаватель

Рассмотрено на заседании МК по физической культуре			
	Фамилия, имя, отчество руководителя МО	Дата заседания МО	№ протокола
1	Байбатыров Аманжол Жантасович	05.06.2026	11

Согласовано на заседании научно-методического совета		
	Дата заседания НМС	№ протокола
	08.06.2026	10

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	ОШИБКА! ЗАКЛ
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА	
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. ЛИСТ ОБНОВЛЕНИЯ (ИЗМЕНЕНИЯ И ДОПОЛНЕНИЯ) РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ	

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.03 Безопасность жизнедеятельности

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена

по специальности

49.02.01

Физическая культура

укрупненной группы специальностей

49.00.00

Физическая культура и спорт

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в рамках реализации специальности 49.02.01 «Физическая культура» заочной формы обучения.

1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Данная учебная дисциплина входит:

в обязательную часть циклов ППССЗ

Социально-гуманитарный цикл

в вариативную часть циклов ППССЗ

-

Учебная дисциплина связана с дисциплиной «Основы безопасности и защиты Родины», Общеобразовательные учебные дисциплины».

1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ОК, ПК	Умения	Знания
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	соблюдать нормы экологической безопасности на рабочем месте; использовать на рабочем месте средства индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС	актуальный профессиональный и социальный контекст поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы
ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и	выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС	порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды в процессе решения задач

информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности		социальной и профессиональной деятельности
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	участвовать в работе коллектива, команды, взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами для создания человеко - и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности.	психологические аспекты деятельности трудового коллектива и личности для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте.
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени	действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени; соблюдать правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны владеть общей физической и строевой подготовкой, навыками обязательной подготовки к военной службе; выполнять мероприятия доврачебной помощи пострадавшим; демонстрировать основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим; осуществлять профилактику инфекционных заболеваний; определять показатели здоровья и оценивать физическое состояние	нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основы военной безопасности и обороны государства; организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке; основы строевой, огневой и тактической подготовки; боевые традиции Вооруженных Сил России; характеристики поражений организма человека от воздействий опасных факторов; классификацию и общие признаки инфекционных заболеваний; факторы формирования здорового образа жизни

Освоение дисциплины направлено на развитие **цифровых** компетенций:

Код	Компетенции
КК. 1.	Коммуникация и кооперация в цифровой среде
КК. 2.	Саморазвитие в условиях неопределенности
КК. 4.	Управление информацией и данными
КК. 5.	Критическое мышление в цифровой среде

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	72
в т. ч.:	
теоретическое обучение	36
практические занятия	36
Промежуточная аттестация дифференцированный зачет в 4 семестре	

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины
СГ.03 Безопасность жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	
	4 семестр	36/36	
Раздел 1.	Безопасность жизнедеятельности: теоретические основы, нормативно-правовое регулирование и органы обеспечения безопасности в Российской Федерации, предупреждение, предотвращение и ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций	20 (14/6)	
Тема 1.1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности	Содержание учебного материала	4 (4/0)	ОК 01, 02, 04, 07. КК 1, 2, 4, 5
	Цели и задачи изучения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности». Опасности и их показатели. Разновидности опасностей современного мира. Защита человека и окружающей среды от опасностей. Сущность понятия «безопасность жизнедеятельности». Социальные и психологические аспекты безопасности. Возникновение и развитие научных представлений о человеко- и природозащитной деятельности. Представление о системе «человек – среда обитания», ее структуре и функциональных связях. Системы безопасности и их структура. Вред, ущерб – виды и характеристики. Нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности. Способы минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями норм безопасности жизнедеятельности на рабочем месте и опасность нарушения норм для реализации идеи бережливого производства. Алгоритмы поддержания безопасных условий жизнедеятельности на рабочем месте педагога по физической культуре и спорту.	4	
	Возможности применения ИКТ и цифровых инструментов для поиска актуальных сведений о безопасности жизнедеятельности для принятия обоснованных решений, связанных с профессиональным контекстом обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды		
Тема 1.2. Безопасное поведение человека в чрезвычайных ситуациях и способы защиты населения от оружия массового поражения	Содержание учебного материала	10 (6/4)	ОК 01, 02, 04, 07. КК 1, 2, 4, 5
	Понятие и общая классификация чрезвычайных ситуаций. ЧС природного, техногенного и социального характера. Общие правила безопасного поведения в ЧС и особенности безопасного поведения в процессе выполнения профессиональных функций. Действия населения по сигналам гражданской обороны. Основы пожаробезопасности и электробезопасности на рабочем месте. Порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях в	6	

	процессе выполнения профессиональных функций.				
	Ядерное оружие и его поражающие факторы. Химическое оружие и его характеристика. Биологическое оружие и его характеристика. Средства индивидуальной и коллективной защиты населения от оружия массового поражения. Действия населения в очаге ядерного, химического и биологического поражения.				
	Основы проектной деятельности в коллективе и команде по решению задач минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте. Применение принципов эффективного взаимодействия по созданию человеко- и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности в процессе разработки проектных продуктов				
	Практическое занятие № 1.	Правила поведения и порядок действий в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера			2
	Практическое занятие № 2.	Использование на рабочем месте средств индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС			2
Тема 1.3. Организационные и правовые основы обеспечения безопасности жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях	Содержание учебного материала		4 (4/2)	ОК 01, 02, 04, 07. КК 5	
	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. Понятие и основные задачи гражданской обороны. Организационная структура гражданской обороны. Основные мероприятия, проводимые ГО. Действия населения по сигналам гражданской обороны и особенности их выполнения в том случае, когда сигнал застал работника на рабочем месте.		4		
	Номенклатура информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности: нормативно-правовые акты федерального, регионального, локального уровней, регулирующие деятельность в сфере безопасности жизнедеятельности, основы контроля и управления в сфере обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды				
	Практическое занятие № 3.	Особенности выполнения работником правил поведения и действий по сигналам гражданской обороны	2		
Раздел 2. Основы военной службы и медицинской подготовки			50 (22/28)		
Модуль «Основы военной службы» (для юношей)			50 (22/28)		
Тема 2.1. Исторический генезис военной службы в России	Содержание учебного материала		4 (2/2)	ОК 01, 02, 04, 07.	
	Содержание этапов институционального развития отечественной воинской службы: этап вечаевого самообложения (вторая половина IX – XV вв.); этап ратной повинности (середина XV – XVII вв.); этап рекрутской повинности (1699 – 1873 гг.); этап всеобщей воинской обязанности и его три периода: имперский (1874 – 1917 гг.); советский (1918 – 1991 гг.); современной (с 1992 г.		2		
	Практическое занятие № 4.	Военная служба в исторической ретроспективе и перспективе	2		
Тема 2.2. Аксиология военной	Содержание учебного материала		4 (2/2)	ОК 01, 02, 04, 07.	
	Аксиология военной службы как система представлений о ценностях профессиональной		2		

службы	служебной деятельности в военной сфере. Типология ценностей военной службы по различным основаниям: по отношению к военной деятельности (ценности-цели, ценности-средства, предметные и субъектные ценности); по отношению к сфере взаимодействия субъектов военной службы (военно-корпоративные и военно-профессиональные ценности); по отношению к личности военнослужащего в сфере военной деятельности (духовные, прагматические, витальные ценности). Россия в современном мире, оборона страны как обязательное условие мирного социально-экономического развития Российской Федерации и обеспечение её военной безопасности. Военная безопасность страны, защита граждан Российской Федерации от военных угроз, обеспечение условий для обороноспособности государства как ценности-цели, определяющие поведение человека в военной сфере, его отношение к военной службе и защите Отечества. Влияние ценностных ориентаций человека на его трудовую деятельность в секторе военного производства, участие в военно-патриотическом воспитании молодежи и т. п.		
	Практическое занятие № 5.	Военная служба как личностно-значимая и общественная ценность	2
Тема 2.3. Праксиология воинской службы	Содержание учебного материала		4 (2/2)
	Праксиология военной деятельности как совокупность теоретических представлений об эффективной организации практической деятельности людей в военной сфере жизни общества. Военная служба как вид федеральной государственной службы и разновидность профессиональной служебной деятельности: особенности и предназначение. Системная характеристика военной деятельности: цель, предмет, объект, субъект, содержание, способы, результат и подсистема управления. Культура военной службы и культурологические аспекты совершенствования деятельности военнослужащих на современном этапе развития военной сферы жизни общества. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск, история их создания, их основные задачи. Руководство и управление Вооруженными Силами. Организация обороны Российской Федерации. Правовой статус военнослужащих. Права и обязанности военнослужащих. Социальное обеспечение военнослужащих. Понятие и сущность воинской обязанности. Воинский учет граждан. Призыв граждан на военную службу. Медицинское освидетельствование и обследование граждан при постановке их на воинский учет и при призыве на военную службу. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе. Начало, срок и окончание военной службы. Увольнение с военной службы. Прохождение военной службы по призыву, по контракту. Альтернативная гражданская служба. Ответственность военнослужащих. Общевойсковые уставы Вооруженных Сил Российской Федерации		2
	Практическое занятие № 6.	Самоподготовка будущего призывника к осуществлению военной деятельности	2
Тема 2.4. Основы строевой и	Содержание учебного материала		8 (2/6)
	Строевая подготовка: строи и управление ими, строевые приемы и движение без оружия,		2

физической подготовки	строевые приемы и движение с оружием, выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него, строи отделения, действия военнослужащих у автомобилей и на автомобилях.			
	Цель и задачи физической подготовки , содержание, средства физической подготовки. Этапы проведения физической подготовки военнослужащих. Техника выполнения физических упражнений и формирования двигательных навыков. Основные формы проведения физической подготовки: учебные занятия, утренняя физическая зарядка, попутные физические тренировки			
	Практическое занятие № 7.	Тренинг умений строевой и физической подготовки	6	
Тема 2.5. Основы огневой подготовки	Содержание учебного материала		6 (2/4)	
	Понятие «огневая подготовка». Требования к организации, порядку и мерам безопасности во время стрельб и тренировок. Правила безопасного обращения с оружием. Изучение условий выполнения упражнения начальных стрельб из стрелкового оружия. Способы удержания оружия и правильность прицеливания. Материальная часть автомата Калашникова, разборка, сборка, чистка, смазка и хранение автомата, осмотр и подготовка автомата к стрельбе, ведение огня из автомата, ручные осколочные гранаты		2	ОК 01, 02, 04, 07.
	Практическое занятие № 8.	Отработка начальных навыков обращения с оружием	4	
	Содержание учебного материала		2/0	
Тема 2.6. Основы тактической подготовки	Основы общевойскового боя. Основные понятия общевойскового боя (бой, удар, огонь, маневр). Виды маневра. Походный, предбоевой и боевой порядок действия подразделений. Оборона, ее задачи и принципы. Наступление, задачи и способы		2	ОК 01, 02, 04, 07.
Тема 2.7. Основы военной топографии	Содержание учебного материала		2/0	
	Местность как элемент боевой обстановки. Тактические свойства местности, основные её разновидности и влияние на боевые действия войск. Сезонные изменения тактических свойств местности. Типы укрытий на разных типах местности (горная, степь, лес и т.д.)		2	ОК 01, 02, 04, 07.
Тема 2.8. Основы инженерной подготовки	Содержание учебного материала		2/0	
	Порядок оборудования позиции отделения. Назначение, размеры и последовательность оборудования окопа для стрелка. Шанцевый инструмент, его назначение, применение и сбережение		2	ОК 01, 02, 04, 07.
Тема 2.9. Основы военно-медицинской подготовки. Тактическая медицина	Содержание учебного материала		16(4/12)	ОК 01, 02, 04, 07.
	Виды боевых ранений и опасность их получения. Состав и назначение штатных и подручных средств первой помощи. Алгоритм оказания первой помощи при различных состояниях, в т.ч. боевых ранений. Условные зоны оказания первой помощи: характеристика особенностей «красной», «желтой» и «зеленой» зон. Объем мероприятий первой помощи в каждой зоне. Порядок выполнения мероприятий первой помощи в каждой зоне.		4	
	Первая(доврачебная) помощь при ранениях, при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания			
	Первая(доврачебная) помощь при ожогах, при поражении электрическим током, при утоплении, при перегревании/переохлаждении организма, при обморожении и общем			

	замерзании, при отравлениях. Реанимационные мероприятия		12	
	Практическое занятие № 9. Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации. Тренинг умений оказания первой (доврачебной) помощи пострадавшим			
Тема 2.10. Символы воинской чести. Боевые традиции Вооруженных Сил России	Содержание учебного материала	2/0	2	ОК 01, 02, 04, 07.
	Боевое Знамя части – символ воинской чести, доблести и славы. Боевые традиции Вооруженных сил РФ. Ордена – почетные награды за воинские отличия в бою и заслуги в военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Патриотизм и верность воинскому долгу. Дружба, войсковое товарищество.			
Модуль «Основы медицинских знаний» (для девушек)			50 (22/28)	
Тема 2.1. Введение в микробиологию, иммунологию и эпидемиологию	Содержание учебного материала	12 (6/6)	6	ОК 01, 02, 04, 07.
	Определение содержания наук микробиологии, иммунологии, эпидемиологии. История развития микробиологии. Естественный микробный фон кожи. Патогенные микроорганизмы.			
	Из истории инфекционных болезней. Классификация инфекционных заболеваний. Общие признаки инфекционных заболеваний. Бессимптомная латентная инфекция. Инфекционные заболевания и бациллоносительство. Периоды протекания инфекционных заболеваний. Воздушно-капельные инфекции. Желудочно-кишечные инфекции. Пищевые отравления бактериальными токсинами. Определение понятия «иммунитет». Виды и подвиды иммунитета. Антигены и антитела. Формы приобретенного иммунитета. Иммунитет и восприимчивость к инфекционным заболеваниям. Методы иммунопрофилактики			
	Общие принципы профилактики инфекционных заболеваний. Дезинфекция, ее виды и способы. Дезинсекция, ее виды и способы. Дератизация, ее виды и способы			
	Практическое занятие № 4. Правила госпитализации инфекционных больных	2		
	Практическое занятие № 5. Иммунитет и методы иммунопрофилактики	2		
	Практическое занятие № 6. Правила проведения плановых мероприятий по дезинфекции, дезинсекции и дератизации	2		
Тема 2.3. Оказание первой (доврачебной) помощи при неотложных состояниях и травматизме	Содержание учебного материала	20 (14/16)	6	ОК 01, 02, 04, 07.
	Оценка состояния пострадавшего. Общая характеристика поражений организма человека от воздействия опасных факторов. Общие правила и порядок оказания первой медицинской помощи. Первая доврачебная помощь при различных повреждениях и состояниях организма. Транспортная иммобилизация и транспортирование пострадавших при различных повреждениях			
	Понятие о неотложных состояниях, причины и факторы их вызывающие. Оказание первой доврачебной помощи при неотложных состояниях: ожогах, электротравмах, поражении молнией, отморожении, тепловом ударе, утоплении, отравлении, инсульте, мигрени. Методы доврачебной реанимации	8		

	Проблема травматизма. Понятие травмы. Виды травматических повреждений. Меры профилактики травматизма. Оказание первой (доврачебной) помощи при травмах			
	Практическое занятие № 7.	Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации	2	
	Практическое занятие № 8.	Тренинг умений оказания первой (доврачебной) помощи при отсутствии сознания, при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца)	4	
	Практическое занятие № 9.	Тренинг умений оказания первой (доврачебной) помощи при наружных кровотечениях, при травмах различных областей тела	2	
	Практическое занятие № 10.	Тренинг умений оказания первой (доврачебной) помощи при ожогах и воздействии высоких температур, при воздействии низких температур	2	
	Практическое занятие № 11.	Тренинг умений оказания первой (доврачебной) помощи при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, при отравлениях	2	
	Практическое занятие №12.	Тренинг умений оказания первой (доврачебной) помощи при травматизме	4	
Тема 2.4. Обеспечение здорового образа жизни	Содержание учебного материала		8 (2/6)	ОК 01, 02, 04, 07.
	Здоровье и факторы его формирования. Здоровый образ жизни и его составляющие.		2	
	Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни. Двигательная активность и здоровье. Питание и здоровье. Факторы риска для здоровья. Вредные привычки и их профилактика. Понятие об иммунитете и его видах			
	Практическое занятие № 13.	Показатели здоровья и факторы, их определяющие	2	
	Практическое занятие № 14.	Оценка физического состояния.	2	
	Практическое занятие № 15.	Составление индивидуальных карт здоровья с режимом дня, графиком питания с возможностью отслеживать свои показания	2	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета			2	
Всего			72 (36/36)	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Материально-техническое обеспечение

Реализация программы дисциплины предполагает наличие

3.1.1	учебного кабинета	Безопасность жизнедеятельности
3.1.2	лаборатории	
3.1.3	зала	Библиотека Читальный зал с выходом в Интернет
3.1.4	мастерских	

3.1.5 Оборудование учебного кабинета (лаборатории, мастерской, студии) и рабочих мест:

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания
Кабинет 30. Теории и методики физического воспитания; методики физического воспитания; теории и истории физической культуры; теории и истории физической культуры и спорта; безопасности жизнедеятельности; теории и методики организации физкультурно-спортивной работы; методического обеспечения физкультурной и спортивной деятельности; методики преподавания физической культуры по основным общеобразовательным программам; лабораторией физической и функциональной диагностики		
1.	рабочие места по количеству обучающихся	К
2.	рабочее место преподавателя	1
I.	Технические средства обучения	
1.	ноутбук	1
2.	интерактивная доска	1
II.	Экранно-звуковые пособия (могут быть в цифровом виде)	
1.	Видеофильмы: видеотека мультимедийных учебных программ (мультимедийные обучающие программы и электронные учебники по основным разделам БЖ, видеофильмы по разделам курса БЖ, презентации по темам безопасности жизнедеятельности)	Д
2.	Слайды (диапозитивы) по разделам курса:	
3.	Аудиозаписи и фонохрестоматии:	
III.	Печатные пособия	
1.	Набор плакатов (таблиц) или электронные издания	Д
2.	Схемы по разделам курсов:	
IV	Учебно-методические материалы по дисциплине	
1	Материалы по теоретической части дисциплины- учебно-наглядные пособия по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»	Д
2	Материалы к практическим занятиям по дисциплине	К
3	Комплекты контрольно-оценочных средств	К
V.	Лабораторное оборудование	
VI.	Демонстрационное оборудование	П
	различные приборы (войсковой прибор химической разведки (ВПХР), дозиметры) - индивидуальные средства защиты (респираторы, противогазы, ватно-марлевые повязки) - общевойсковой защитный комплект - противохимический пакет - сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой медицинской, доврачебной помощи (сумка СМС)	

	- перевязочные средства (бинты, лейкопластыри, вата медицинская компрессная, косынка медицинская (перевязочная), повязка медицинская большая стерильная, повязка медицинская малая стерильная) - медицинские предметы расходные (булавка безопасная, шина проволочная, шина фанерная) - грелка - жгут кровоостанавливающий - индивидуальный перевязочный пакет - шприц-тюбик одноразового пользования - носилки санитарные - макет простейшего укрытия в разрезе - макет убежища в разрезе - тренажер для оказания первой помощи - массогабаритный макет автомата Калашникова	
--	---	--

Условные обозначения

Д – демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);

К – полный комплект (исходя из реальной наполняемости группы);

Ф – комплект для фронтальной работы (примерно в два раза меньше, чем полный комплект, то есть не менее 1 экз. на двух обучающихся);

П – комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих по несколько обучающихся (6-7 экз.).

2.2 Информационное обеспечение обучения

Перечень используемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 399 с.
2. Безопасность жизнедеятельности / Э. А. Арустамов [и др.] – 21-е изд., испр. и доп. – Москва: Академия, 2023. – 173 с.
3. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) : учебник для среднего профессионального образования / С. В. Белов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 638 с.
4. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2026. — 313 с.
5. Косолапова, Н. В., Безопасность жизнедеятельности : учебник / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — Москва : КноРус, 2024. — 222 с.
6. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний : учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Н. Мисюк. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 499 с. — (Профессиональное образование).
7. Микрюков, В. Ю. Основы военной службы : учебник / В. Ю. Микрюков, В. Г. Шамаев. — Москва : КноРус, 2023. — 505 с.
8. Сапронов, Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений СПО / Ю.Г. Сапронов, И.А. Занина. – 6-е изд., стер. – Москва: Издательский центр Академия, 2023. - 336 с.
9. Сычев, Ю. Н. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Ю.Н. Сычев. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 225 с.

Дополнительные источники:

1. Основы медицинских знаний (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание

первой помощи при неотложных состояниях): учебное пособие ; под ред. И. В. Гайворонского / И. В. Гайворонский, Г. И. Ничипорук, А. И. Гайворонский, С. В. Виноградов – 3-е изд., испр. и доп. – Санкт-Петербург : СпецЛит, 2021. – 311 с.

2. Константинов, Ю. С. Безопасность жизнедеятельности. Ориентирование : учебное пособие для среднего профессионального образования / Ю. С. Константинов, О. Л. Глаголева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 329 с. <https://urait.ru/bcode/539311>

3. Конституция Российской Федерации с поправками 2020 года. Официальный текст. — Москва: Рольф; Айрис-Пресс, 2020. — 96с.

4. Косолапова, Н. В., Безопасность жизнедеятельности. Практикум : учебное пособие / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — Москва : КноРус, 2023.

5. Михайлиди, А. М. Безопасность жизнедеятельности и охрана труда на производстве : учебное пособие для СПО / А. М. Михайлиди. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, 2024. — 120 с.

6. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 639 с.

7. Родионова, О. М. Медико-биологические основы безопасности. Охрана труда : учебник для среднего профессионального образования / О. М. Родионова, Е. В. Аникина, Б. И. Лавер, Д. А. Семенов. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 599 с.

8. Суворова, Г. М. Методика обучения безопасности и защите Родины : учебник для среднего профессионального образования / Г. М. Суворова, В. Д. Горичева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 190 с.

9. Суворова, Г. М. Психологические основы безопасности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Г. М. Суворова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 183 с.

10. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе», «Федеральный закон «О статусе военнослужащего»: тексты с изменениями и дополнениями на 2009 год. Москва: Эксмо, 2009.-176с. - (Российское законодательство)

11. Федеральный закон «Об обороне», Федеральный закон «О мобилизационной подготовке и мобилизации в Российской Федерации» (по состоянию на 20 сентября 2008 года). Новосибирск: Сибирский университет, 2008.-43. (Военная служба)

12. Федеральный закон "О статусе военнослужащих" от 27.05.1998 N 76-ФЗ

13. Федеральный закон "О воинской обязанности и военной службе" от 28.03.1998 N 53-ФЗ

14. Федеральный закон "Об альтернативной гражданской службе" от 25.07.2002 N 113-ФЗ

15. Федеральный закон "О противодействии терроризму" от 06.03.2006 N 35-ФЗ

16. Указ Президента РФ от 10.11.2007 N 1495 (ред. от 22.01.2018) "Об утверждении общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации" (вместе с "Уставом внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации", "Дисциплинарным уставом Вооруженных Сил Российской Федерации", "Уставом гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации").

Интернет – ресурсы:

1. Безопасность жизнедеятельности : практикум для СПО / составители С. М. Гребенкин, В. А. Майнингер. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2023. — 87 с. — ISBN 978-5-4497-2205-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/131103.html>.

2. Безопасность в техносфере: Всероссийский научно-методический и информационный журнал. - URL: <http://www.magbvt.ru>.

3. Все о пожарной безопасности. - URL: <http://www.0-1.ru>

4. Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности». - URL: [http://www.school-obz.org]
5. Косолапова Н.В. Безопасность жизнедеятельности: ЭУМК: учебное издание / Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е. Л. - Москва : Академия, 2023. - (Профессии среднего профессионального образования). - Текст : электронный. - URL: <https://academia-moscow.ru/catalogue/5540/692259>.
6. Основы безопасности жизнедеятельности. - URL: <http://0bj.ru/>
7. Официальный сайт МЧС России. - URL: <http://www.mchs.gov.ru/>
8. Первая медицинская помощь. - URL: <https://lifehacker.ru/2013/12/24/first-aid/>
9. Первая медицинская помощь. - URL: <http://www.meduhod.ru>
10. Портал детской безопасности. - URL: <http://www.spas-extreme.ru>
11. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека. - URL: <http://www.rosпотребнадзор.ru>
12. Федеральная служба по экологическому, технологическому и атомному надзору. - URL: <http://www.gosnadzor.ru>
13. Энциклопедия безопасности жизнедеятельности. - URL: www.бжд.рф

3.3 Организация образовательного процесса

Учебная дисциплина с целью обеспечения доступности образования, повышения его качества может быть реализована с применением технологий дистанционного, электронного и смешанного обучения (далее - ДОТ, ЭО, СО).

Электронное обучение и дистанционные образовательные технологии используются в дополнение к основному учебному процессу для:

- организации самостоятельной работы обучающихся (предоставление материалов в электронной форме для самоподготовки; обеспечение подготовки к практическим и лабораторным занятиям, организация возможности самотестирования и др.);

- проведения консультаций с использованием различных средств онлайн-взаимодействия в электронно-информационной образовательной среде колледжа (далее – ЭИОС), например, вебинаров, форумов, чатов;

- организации текущего и промежуточного контроля обучающихся и др.

Смешанное обучение реализуется посредством:

- организации сквозной связи аудиторной работы с работой в ЭИОС колледжа;

- регулярного взаимодействия преподавателя с обучающимися с использованием технологий ЭО и ДОТ;

- организации групповой учебной деятельности обучающихся в ЭИОС колледжа.

Основными средствами, используемыми для реализации данных технологий, являются:

- Система поддержки учебного процесса ГБПОУ "Курганский педагогический колледж", функционирующая на платформе Moodle, режим доступа: do.kpk.kss45.ru.

- Электронная библиотека ГБПОУ «Курганский педагогический колледж», режим доступа: <https://do.kpk.kss45.ru/course/index.php?categoryid=26>.

- Образовательная платформа «Юрайт».

- Безопасное пространство для общения по учебе «Сферум» в национальном мессенджере МАХ.

При проведении индивидуальных дистанционных занятий и занятий в малых группах используются ноутбуки с сенсорным экраном, позволяющие выполнять любые записи на экране с помощью стилуса. Для проведения онлайн-занятий с большой аудиторией обучающихся оборудованы кабинет онлайн-обучения и конференц-зал.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения текущего контроля в форме практических занятий,

тестирования, и промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачета /ПРИЛОЖЕНИЕ 1/.

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины		
<u>Знать:</u> актуальный профессиональный и социальный контекст поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды в процессе решения задач социальной и профессиональной деятельности; психологические аспекты деятельности трудового коллектива и личности для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте; нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности	владеет знаниями о безопасных условиях жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; знает порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды в процессе решения задач социальной и профессиональной деятельности ориентируется в психологических аспектах деятельности трудового коллектива и личности для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте. знает нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности;	Письменный и устный опрос. Тестирование. Оценка результатов выполнения практических работ Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины		
<u>Уметь:</u> выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; участвовать в работе коллектива, команды, взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами для создания человеко - и природо-защитной среды осуществления профессиональной деятельности; действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени; соблюдать нормы экологической безопасности на	демонстрирует умение выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; эффективно участвует в работе коллектива, команды, взаимодействует с коллегами, руководством, клиентами для создания человеко - и природо-защитной среды осуществления профессиональной деятельности; соблюдает нормы экологической безопасности на рабочем месте; правильно использует на рабочем месте средства	Экспертное наблюдение за ходом выполнения практических работ. Оценка результатов выполнения практических работ

рабочем месте; использовать на рабочем месте средства индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС; соблюдать правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны	индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС правильно соблюдает правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны	
Перечень знаний, осваиваемых в рамках модуля «Основы военной службы» (юноши)		
<u>Знать:</u> основы военной безопасности и обороны государства; организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке; основы строевой, огневой и тактической подготовки; область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы; боевые традиции Вооруженных Сил России	демонстрирует знания об основах военной безопасности и обороны государства; не уклоняется от службы в рядах ВС РФ; демонстрирует владение основами строевой, огневой и тактической подготовки; применяет профессиональные знания при исполнении обязанностей военной службы; демонстрирует знания боевых традиций Вооруженных Сил России	Письменный и устный опрос. Тестирование. Оценка результатов выполнения практических работ Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета
Перечень умений, осваиваемых в рамках модуля «Основы военной службы» (юноши)		
<u>Уметь:</u> владеть общей физической и строевой подготовкой, навыками обязательной подготовки к военной службе; выполнять мероприятия доврачебной помощи пострадавшим	демонстрирует общую физическую и строевую подготовку, навыки обязательной подготовки к военной службе; быстро и правильно выполняет мероприятия первой доврачебной помощи пострадавшим	Экспертное наблюдение за ходом выполнения практических работ. Оценка результатов выполнения практических работ
Перечень знаний, осваиваемых в рамках модуля «Основы медицинских знаний» (для девушек)		
<u>Знать:</u> характеристики поражений организма человека от воздействий опасных факторов; классификацию и общие признаки инфекционных заболеваний; факторы формирования здорового образа жизни	владеет знаниями о последствиях поражений организма человека от воздействий опасных факторов; демонстрирует приемы оказания первой медико-санитарной помощи, владеет методами доврачебной реанимации; правильно классифицирует инфекционные заболевания демонстрирует знания основ здорового образа жизни	Письменный и устный опрос. Оценка результатов выполнения практических работ
Перечень умений, осваиваемых в рамках модуля «Основы медицинских знаний» (для девушек)		
<u>Уметь:</u> демонстрировать основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим осуществлять профилактику	демонстрирует основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим владеет принципами	Экспертное наблюдение за ходом выполнения практических работ. Оценка результатов

инфекционных заболеваний; определять показатели здоровья и оценивать физическое состояние	профилактики инфекционных заболеваний; определяет показатели здоровья и оценивает физическое состояние	выполнения практических работ
--	--	----------------------------------

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

(обязательное)

КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ПО СГ.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

I. Материалы для текущего контроля

Раздел 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности и поведение человека в чрезвычайных ситуациях

Тест

Критерии оценивания:

2. оценка «отлично» - 90-100 % выполнения
3. оценка «хорошо» - 75-89 % выполнения
4. оценка «удовлетворительно» - 50-74% выполнения
5. оценка «неудовлетворительно» - 0-49 % выполнения

Инструкция по проведению:

1. Тест проводится в аудитории в течение 20-30 минут.
2. Внимательно прочитайте задание.
3. Ответьте на вопросы теста. Перед ответом не торопитесь, подумайте, сделайте отметку в виде любого знака. Исправление будет засчитано за ошибку.

Вариант № 1

1. Чрезвычайная ситуация (ЧС) – это:

- а) совокупность чрезвычайных событий и условий, сложившихся на определенной территории;
- б) экологическое обострение обстановки на определенной территории;
- в) событие, связанное с деятельностью человека;
- г) событие, связанное с природными явлениями.

2. Найдите лишнее. К ЧС техногенного характера относятся:

- а) геофизические и геологические явления, приведшие к человеческим жертвам;
- б) аварии на электростанциях и очистных сооружениях;
- в) аварии на химически опасных объектах и атомных электростанциях;
- г) авиационные катастрофы, повлекшие за собой значительное количество человеческих жертв и требующие проведение поисково-спасательных работ.

3. Сильные колебания земной коры, вызываемые тектоническими или вулканическими причинами и приводящие к разрушению зданий, сооружений, пожарам и человеческим жертвам называются:

- а) смерчи;
- б) землетрясения;
- в) оползни;
- г) тайфуны.

4. РСЧС создана с целью:

- а) прогнозирования ЧС на территории РФ и организации проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ;
- б) объединения усилий органов власти, организаций и предприятий, их сил и средств в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;
- в) первоочередного жизнеобеспечения населения, пострадавшего в чрезвычайных ситуациях на территории Российской Федерации.

5. Ядерное оружие — это:

- а) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землей (под водой);
- б) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании светового излучения за счет возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, включающей ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи;
- в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.

6. От каких поражающих факторов оружия массового поражения защищает убежище:

- а) от всех поражающих факторов ядерного взрыва;
- б) от всех поражающих факторов ядерного взрыва, от химического и бактериологического оружия;
- в) от химического и бактериологического оружия, а также радиоактивного заражения;
- г) от ударной волны ядерного взрыва и обычных средств поражения.

7. Прибыв на место размещения в случае эвакуации из зоны аварии с выбросом ОВ, необходимо:

- а) немедленно зарегистрироваться;
- б) снять верхнюю одежду, принять душ с мылом, промыть глаза, прополоскать рот;
- в) помочь эвакуируемым разместиться на сборных пунктах, пройти на пункт питания;

8. При оповещении об аварии на радиационноопасном объекте необходимо действовать в указанной последовательности:

- а) включить радио и выслушать сообщение, выключить газ, электричество, взять необходимые вещи, продукты питания, документы, надеть средства защиты, вывесить на двери табличку «В квартире жильцов нет» и следовать на сборный эвакуопункт;
- б) включить радио и выслушать сообщение, выключить газ, электричество, освободить холодильник от продуктов, взять необходимые вещи, документы, надеть средства защиты, и следовать на сборный эвакуопункт;
- в) включить радио и выслушать сообщение, освободить холодильник от продуктов и вынести скоропортящиеся продукты на мусор, выключить газ, электричество, взять необходимые вещи, документы, надеть средства защиты, вывесить на двери табличку «В квартире жильцов нет» и следовать на сборный эвакуопункт;

9. К коллективным средствам защиты относятся:

- а) убежища и ПРУ;
- б) противогазы и респираторы;
- в) средства защиты кожи и респираторы;

10. При попадании ОВ на кожу необходимо:

- а) провести полную санитарную обработку;
- б) промыть глаза водой в течении 10-15 мин.;
- в) механически удалить ОВ;
- г) направить пострадавшего лечебное учреждение.

Вариант № 2

1. Найдите лишнее. К ЧС техногенного характера относятся:

- а) аварии в научно-исследовательских учреждениях, осуществляющих разработку, изготовление, переработку, хранение и транспортировку бактериальных средств;
- б) столкновение или сход с рельсов железнодорожных составов, повлекшие за собой групповое поражение людей, значительные разрушения железнодорожных путей;
- в) массовые

инфекционные заболевания людей;

г) гидродинамические аварии (прорыв плотин, дамб и др.).

2. Стихийное бедствие – это:

а) природные явления, носящие чрезвычайный характер;

б) природные явления приводящие к нарушению нормальной деятельности населения;

в) природные явления, носящие чрезвычайный характер и приводящие к нарушению нормальной деятельности населения, гибели людей, разрушение и уничтожение материальных ценностей.

3. Скользящие смещения масс горных пород вниз по склону, возникающие из-за нарушения равновесия, вызываемого различными причинами, называется:

а) смерч;

б) сель;

в) оползень;

г) тайфун.

4. Бурный грязевой или грязекаменный поток, внезапно возникающий в руслах горных рек, называется:

а) лавина;

б) сель;

в) оползень;

г) наводнение.

5. Введение гражданской обороны на территории Российской Федерации или в отдельных ее местностях начинается:

а) с началом объявления о мобилизации взрослого населения;

б) с момента объявления или введения Президентом Российской Федерации чрезвычайного положения на территории Российской Федерации или в отдельных ее местностях;

в) с момента объявления состояния войны, фактического начала военных действий или введения Президентом Российской Федерации военного положения на территории Российской Федерации или в отдельных ее местностях.

6. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:

а) ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электро-магнитный импульс;

б) избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва, облако, зараженное отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра, изменение состава атмосферного воздуха;

в) резкое понижение температуры окружающей среды, понижение концентрации кислорода в воздухе, самовозгорание веществ и материалов в зоне взрыва, резкое увеличение силы тока в электроприборах и электрооборудовании.

7. Бактериологическое оружие — это:

а) специальные боеприпасы и боевые приборы, снаряжаемые биологическими средствами, предназначенными для массового поражения живой силы, сельскохозяйственных животных и посевов сельскохозяйственных культур;

б) специальное оружие, применяемое для массового поражения сельскохозяйственных животных и источников воды;

в) оружие массового поражения людей на определенной территории.

8. В случае оповещения об аварии с выбросом АХОВ последовательность ваших действий будет следующей:

а) включить радио, выслушать рекомендации, надеть средства защиты, закрыть окна, отключить газ, воду, электричество, погасить огонь в печи, взять необходимые вещи, документы и

продукты питания, укрыться в убежище или покинуть район аварии;

б) включить радио, выслушать рекомендации, надеть средства защиты, взять необходимые вещи, документы и продукты питания, укрыться в убежище или покинуть район аварии;

в) надеть средства защиты, закрыть окна, отключить газ, воду, электричество, погасить огонь в печи, взять необходимые вещи, документы и продукты питания, укрыться в убежище или покинуть район аварии.

9. При движении по зараженной радиоактивными веществами местности необходимо:

а) периодически снимать средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи и отряхивать их от пыли, двигаться по высокой траве и кустарнику, принимать пищу и пить только при ясной безветренной погоде;

б) находиться в средствах индивидуальной защиты, избегать движения по высокой траве и кустарнику, без надобности не садиться и не прикасаться к местным предметам, не принимать пищу, не пить, не курить, не поднимать пыль и не ставить вещи на землю;

в) находиться в средствах индивидуальной защиты, периодически снимать их и отряхивать от пыли, двигаться по высокой траве и кустарнику, не принимать пищу, не пить, не курить, не поднимать пыль и не ставить вещи на землю.

10. Убежище защищает от следующих поражающих факторов оружия массового поражения:

а) от всех поражающих факторов ядерного взрыва;

б) от всех поражающих факторов ядерного взрыва, от Х и БО;

в) от Х и БО, а также радиоактивного заражения;

г) от ударной волны ядерного взрыва и обычных средств поражения.

Раздел 2. Основы военной службы и медицинской подготовки

Тест

Критерии оценивания:

6. оценка «отлично» - 90-100 % выполнения

7. оценка «хорошо» - 75-89 % выполнения

8. оценка «удовлетворительно» - 50-74% выполнения

9. оценка «неудовлетворительно» - 0-49 % выполнения

Инструкция по проведению:

1. Тест проводится в аудитории в течение 20-30 минут.

2. Внимательно прочитайте задание.

3. Ответьте на вопросы теста. Перед ответом не торопитесь, подумайте, сделайте отметку в виде любого знака. Исправление будет засчитано за ошибку.

Модуль «Основы военной службы» (для юношей)

Вариант № 1

1. В каком возрасте призываются мужчины на военную службу в Российскую армию?

а) от 16 до 18 лет;

б) от 18 до 27 лет;

в) от 28 до 32 лет;

г) от 33 до 35 лет.

2. В какие сроки осуществляется призыв граждан России на действительную военную службу?

а) с 1 октября по 31 декабря;

б) с 1 января по 31 марта

в) с 1 апреля по 15 июля;

г) в любые сроки.

3. Кто из граждан России освобождается от призыва на военную службу?

- а) признанные не годными или ограниченно годными к военной службе по состоянию здоровья;
- б) по личному желанию гражданина;
- в) прошедшие военную службу в вооружённых силах другого государства;
- г) имеющие неснятую судимость за совершение тяжкого преступления.

4. Какое наказание ожидает гражданина, уклоняющегося от призыва на военную или альтернативную службу в соответствии со статьёй 328 Уголовного Кодекса Российской Федерации?

- а) в виде лишения свободы на срок до 15 суток;
- б) в виде лишения свободы на срок до одного года;
- в) в виде лишения свободы на срок до двух лет;
- г) в виде лишения свободы на срок до трёх лет.

5. Каким требованиям должны отвечать граждане, принимаемые по контракту на военную службу?

- а) должны соответствовать основной группе здоровья;
- б) должны соответствовать уровню образования 8-ми классов;
- в) должны соответствовать медицинским, психологическим, физическим требованиям, службу по конкретным специальностям в соответствующих видах (родах) войск;
- г) должны соответствовать уровню профессиональной и обще образовательной подготовки.

6. На какой срок заключается контракт для поступающих впервые на службу на должности солдат, сержантов и им равных?

- а) на один год;
- б) на два года;
- в) на три года;
- г) на пять лет.

7. В каком году вступил в силу Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе»?

- а) с 1 января 2001 года;
- б) с 1 января 2002 года;
- в) с 1 января 2003 года;
- г) с 1 января 2004 года.

8. В каких случаях предоставляется право на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой?

- а) в случае, если несение военной службы тяжело для гражданина;
- б) в случае, если несение военной службы противоречит убеждениям гражданина;
- в) в случае, если несение военной службы противоречит вероисповеданию гражданина;
- г) в случае, если гражданин относился к коренному малочисленному народу, ведёт традиционный образ жизни, осуществляет традиционное хозяйствование и занимается традиционными промыслами.

9. Что необходимо сделать каждому гражданину Российской Федерации, призванному на военную службу или поступившему на неё в добровольном порядке?

- а) не следует скрываться от службы;
- б) не следует переутомляться;
- в) следует беречь своё здоровье;
- г) следует принять военную присягу.

10. Когда гражданин приносит военную присягу в современных условиях?
- а) когда предложат командиры;
 - б) когда захочет;
 - в) после прохождения начальной военной подготовки, но не позднее двух месяцев со дня прибытия в воинскую часть.

Вариант № 2

1. Что такое оборона Российской Федерации?
- А. Военное учреждение;
 - Б. Военные законы;
 - В. Система политических, экономических, военных, социальных, правовых и иных мер по обеспечению готовности государства к вооружённому нападению на противника;
 - Г. Система политических, экономических, военных, социальных, правовых и иных мер по обеспечению готовности государства к защите от вооруженного нападения.
2. Что представляет собой военная служба?
- А. Особый вид наказания граждан Российской Федерации;
 - Б. Военная служба имеет приоритет перед другими видами государственной службы, осуществляется только на воинских должностях в армии и на флоте;
 - В. Особый вид общественной работы граждан Российской Федерации;
 - Г. Особый вид государственной службы граждан Российской Федерации.
3. Как называются люди, находящиеся на военной службе?
- А. Гражданами;
 - Б. Военнообязанными;
 - В. Призывниками;
 - Г. Военнослужащими.
4. В каком возрасте призывают мужчину на военную службу в Российскую армию?
- А. От 16 до 18 лет;
 - Б. От 18 до 27 лет;
 - В. От 28 до 32 лет;
 - Г. От 33 до 35 лет.
5. В какие сроки осуществляется призыв на действительную военную службу граждан Российской Федерации, проживающих в сельской местности?
- А. С 15 октября по 31 декабря;
 - Б. С 1 января по 31 марта;
 - В. С 1 апреля по 30 июня;
 - Г. В любые сроки.
6. Какое наказание ожидает гражданина, уклоняющегося от призыва на военную или альтернативную службу в соответствии со статьёй 328 Уголовного Кодекса Российской Федерации?
- А. В виде лишения свободы на срок до 15 суток;
 - Б. В виде лишения свободы на срок до одного года;
 - В. в виде лишения свободы на срок до двух лет;
 - Г. В виде лишения свободы на срок до трёх лет.
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?
- А. Лишение свободы на срок до одного года;

- Б. Лишение свободы на срок от одного до пяти лет;
- В. Лишение свободы на срок от двух до шести лет;
- Г. Лишение свободы на срок от трёх до восьми лет.

8. Под воинской обязанностью понимается:

А. Установленный законом почётный долг граждан с оружием в руках защищать своё Отечество, нести службу в рядах Вооруженных Сил, проходить вневойсковую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности;

Б. Прохождение военной службы в мирное и военное время, самостоятельная подготовка к службе в Вооруженных Силах;

В. Долг граждан нести службу в Вооруженных Силах в период военного положения и в военное время.

9. Военная служба исполняется гражданами:

А. Только в Вооруженных Силах Российской Федерации;

Б. В Вооруженных Силах Российской Федерации, пограничных войсках Федеральной пограничной службы Российской Федерации и в войсках гражданской обороны;

В. В Вооруженных Силах Российской Федерации, других войсках, органах и формированиях.

10. Граждане Российской Федерации проходят военную службу:

А. По призыву и в добровольном порядке (по контракту);

Б. только в добровольном порядке (по контракту);

В. только по призыву, по достижении определенного возраста.

Модуль «Основы медицинских знаний» (для девушек)

Вариант № 1

1. Самым надежным способом остановки кровотечения в случае повреждения крупных артериальных сосудов конечностей является:

- а) наложение давящей повязки;
- б) пальцевое прижатие;
- в) наложение жгута.

2. При оказании первой помощи в случае перелома запрещается:

- а) проводить иммобилизацию поврежденных конечностей;
- б) вставлять на место обломки костей и вправлять на место вышедшую кость;
- в) останавливать кровотечение.

3. При иммобилизации бедра, плеча шина обязательно должна захватывать:

- а) два сустава (выше и ниже перелома);
- б) три сустава;
- в) два или три, в зависимости от наличия шин или подручных материалов.

4. Причинами инсульта могут быть:

- а) пороки сердца, инфаркт миокарда, сильное переутомление;
- б) мозговое кровоизлияние, блокирование кровеносного сосуда сгустком крови;
- в) обширные внутренние кровотечения, повреждение головного и спинного мозга.

5. Если у пострадавшего появились признаки травмы головы или позвоночника, нельзя до приезда «скорой помощи»:

- а) поддерживать проходимость дыхательных путей;
- б) держать голову и позвоночник в неподвижном состоянии;
- в) снимать одежду, переносить пострадавшего, делать промывание желудка.

6. Кровотечение – это:
- а) истечение крови из кровеносных сосудов при нарушении целостности их стенок;
 - б) потеря организмом какого-либо количества крови;
 - в) выход крови наружу из поврежденных органов.
7. Один из признаков сотрясения головного мозга – это:
- а) покраснение кожи в области суставов;
 - б) увеличение лимфатических узлов;
 - в) появление сыпи на руках и ногах;
 - г) нечеткость зрения и неодинаковые зрачки.
8. Передача каких инфекций осуществляется воздушно-капельным или воздушно-пылевым путем:
- а) кишечных,
 - б) дыхательных путей,
 - в) кровяных.
9. Кровотечение бывает следующих видов:
- а) венозное, артериальное, капиллярное, паренхиматозное, смешанное;
 - б) венозное, артериальное, легочное, носовое;
 - в) поверхностное, глубокое, смешанное.
10. Иммунную функцию выполняют:
- а) легкие, сердце, кровь, головной мозг;
 - б) почки, легкие поджелудочная железа, нервная система;
 - в) костный мозг, тимус, селезенка, лимфатическая система.

Вариант № 2

1. Что такое здоровый образ жизни?
- а) Перечень мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья
 - б) Лечебно-физкультурный оздоровительный комплекс
 - в) Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья
 - г) Регулярные занятия физкультурой
2. Что такое режим дня?
- а) Порядок выполнения повседневных дел
 - б) Установленного распорядок жизни человека, включающий в себя труд, питание, отдых и сон
 - в) Перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения
 - г) Строгое соблюдение определенных правил
3. Что такое рациональное питание?
- а) Питание распределенное по времени принятия пищи
 - б) Питание с учетом потребностей организма
 - в) Питание определенным набором продуктов питания
 - г) Питание с определенным соотношением питательных веществ
4. Что такое двигательная активность?
- а) Количество движений, необходимых для работы организма.
 - б) Занятие физической культурой и спортом.
 - в) Выполнение каких-либо движений в повседневной деятельности.
 - г) Любая мышечная активность, обеспечивающая оптимальную работу организма и хорошее самочувствие.

5. Что такое закаливание?

- а) Повышение устойчивости организма к факторам среды, путем систематического их воздействия на организм.
- б) Длительное пребывание на холоде, с целью привыкания к низким температурам
- в) Перечень процедур для воздействия на организм холода
- г) Купание в зимнее время

6. Гиподинамия — это:

- а) недостаток движения;
- б) избыток движения;
- в) физическое перенапряжение организма.

7. Избыточная энергия, поступающая в организм с пищей, опасна для здоровья человека, так как приводит:

- а) к ухудшению сна;
- б) к физическому утомлению;
- в) к гиподинамии.
- г) к увеличению массы тела (веса) человека;

8. Из приведенных определений здоровья выберите те, которые приняты Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ):

- а) здоровье человека — это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков;
- б) здоровье человека — это отсутствие у него болезней и физических недостатков;
- в) здоровье человека — это отсутствие у него болезней, а также оптимальное сочетание здорового образа жизни с умственным и физическим трудом.

9. Алкоголь, попавший в организм человека:

- а) растворяется в крови и разносится по всему организму, оказывая разрушительное действие на все ткани и органы;
- б) быстро выводится вместе с мочой;
- в) не выводится из организма до самой смерти.

10. Основные признаки наркомании и токсикомании — это:

- а) ухудшение памяти, отсутствие аппетита;
- б) психическая и физиологическая зависимость, изменение чувствительности к наркотику;
- в) вкусовая и биологическая зависимость;
- г) зрительная и химическая зависимость, изменение материального положения.

Вариант № 3

1. Первая медицинская помощь при открытом переломе?

- 1. Концы сломанных костей совместить.
- 2. Убрать осколки костей и наложить на рану пузырь со льдом.
- 3. Наложить стерильную повязку на рану, осуществить иммобилизацию конечности и дать покой больному.

2. Первая медицинская помощь при обморожении?

- 1. Растереть пораженный участок жестким материалом или снегом.
- 2. Создать условия для общего согревания, наложить ватно-марлевую повязку на обмороженный участок, дать теплое питье.
- 3. Сделать легкий массаж, растереть пораженное место одеколоном.

3. Чем характеризуется капиллярное кровотечение?

1. Кровь из раны вытекает пульсирующей струёй, имеет ярко-алую окраску.
 2. Кровь из раны вытекает непрерывно, сплошной струёй темно-красного цвета.
 3. Кровь из раны вытекает редкими каплями или медленно расплывающимся пятном.
4. Чем характеризуется венозное кровотечение?
1. Кровь из раны вытекает пульсирующей струёй, имеет ярко-алую окраску.
 2. Кровь из раны вытекает непрерывно, сплошной струёй темно-красного цвета.
 3. Кровь из раны вытекает редкими каплями или медленно расплывающимся пятном.
5. Чем характеризуется артериальное кровотечение?
1. Кровь из раны вытекает пульсирующей струёй, имеет ярко-алую окраску.
 2. Кровь из раны вытекает непрерывно, сплошной струёй темно-красного цвета.
 3. Кровь из раны вытекает редкими каплями или медленно расплывающимся пятном.
6. Правильный способ остановки капиллярного кровотечения?
1. Наложение на рану давящей повязки.
 2. Наложение на конечность жгута.
 3. Резкое сгибание конечности в суставе.
7. Правильный способ остановки венозного кровотечения?
1. Наложение на рану давящей повязки.
 2. Наложение жгута или резкое сгибание конечности в суставе.
8. Правильный способ остановки артериального кровотечения?
1. Наложение на рану давящей повязки.
 2. Наложение жгута или резкое сгибание конечности в суставе.
9. Что необходимо сделать при потере сознания?
1. Искусственное дыхание.
 2. Массаж сердца.
 3. Освободить (санировать) дыхательные пути от инородных тел и рвотных масс.
10. По каким признакам судят о наличии внутреннего кровотечения?
1. Цвет кожных покровов, уровень артериального давления, сознание.
 2. Пульс, высокая температура, судороги.
 3. Резкая боль, появление припухлости, потеря сознания.
11. Для каких целей используется перманганат калия (марганцовка), находящийся в медицинской аптечке в автомобиле?
1. Наружно в водных растворах для полоскания рта, горла.
 2. Наружно в водных растворах для промывания ран.
 3. В водных растворах для промывания желудка.
 4. Для всех указанных в пп. 1 и 2 целей.
 5. Для целей, указанных в пп. 1-3.
12. Как оказать первую помощь пострадавшему в дорожно-транспортном происшествии при сильном ушибе живота?
1. Уложить пострадавшего на спину, дать теплый чай и в этом положении транспортировать в ближайшее медицинское учреждение.
 2. Провести противошоковые мероприятия, транспортировать в ближайшее медицинское учреждение в положении лежа на боку с согнутыми в коленях ногами.

3. Дать обезболивающие лекарства, уложить на живот и транспортировать в этом положении до ближайшего медицинского учреждения.

13. Какие признаки закрытого перелома костей конечностей?

1. Сильная боль, припухлость мягких тканей и деформация конечности.
2. Конечность искажена, поврежден кожный покров, видны осколки костей.
3. Синяки, ссадины на коже.

14. Какая повязка накладывается при повреждении затылка?

1. Крестообразная или пращевидная.
2. Спиральная.
3. Шапочка.

15. Как оказать помощь пострадавшему при ожоге отдельных участков тела щелочными растворами?

1. Промыть пораженное место мыльным раствором или 2%-ным раствором столовой соды, наложить асептическую повязку.
2. Обработать пораженное место 1-2% раствором борной, лимонной или уксусной кислоты, наложить асептическую повязку.
3. Промыть пораженное место водой, смазать жирным кремом и наложить повязку из чистой материи.

Вариант №4

1. Какая повязка накладывается при повреждении лба?

1. Пращевидная.
2. Спиральная.
3. Шапочка.

2. Первая медицинская помощь при вывихе конечности?

1. Дать обезболивающие средства, вправить вывих и зафиксировать конечность.
2. Осуществить иммобилизацию поврежденной конечности, дать доступные обезболивающие средства, приложить к поврежденному суставу пузырь с холодной водой или льдом, организовать транспортировку в больницу или травмпункт.
3. Зафиксировать конечность, не вправляя вывих, приложить пузырь (грелку) с горячей водой, организовать транспортировку в больницу или травмпункт.

3. Как оказать первую помощь пострадавшему при ожоге отдельных участков тела кислотой?

1. Промыть пораженное место 1-2%-ным раствором борной, лимонной или уксусной кислоты, наложить асептическую повязку.
2. Промыть пораженный участок мыльным или 2%-ным раствором столовой соды, наложить асептическую повязку.
3. Промыть пораженный участок водой и смазать жирным кремом, наложить асептическую повязку.

4. В каком положении эвакуируется пострадавший в дорожно-транспортном происшествии с вывихом бедра?

1. В положении лежа.
2. В положении сидя.
3. Свободное положение.

5. В каком положении эвакуируется пострадавший в дорожно-транспортном происшествии с вывихом костей верхней конечности?
1. В положении сидя.
 2. Свободное положение.
 3. Свободное положение, при общей слабости — сидя или лежа.
6. Основные правила наложения транспортной шины при переломе костей голени?
1. Наложить две шины с внутренней и наружной сторон ноги от стопы до коленного сустава и прибинтовать их.
 2. Наложить две шины с внутренней и наружной сторон ноги от стопы до середины бедра, чтобы обездвижить место перелома, коленный и голеностопный суставы.
7. Как правильно снять с пострадавшего рубашку при ранении левой руки?
1. Снять одежду с правой руки, а затем с левой.
 2. Снять одежду с левой руки, затем с правой.
8. Для каких целей предназначен йод, находящийся в аптечке автомобиля?
1. Для обработки кожи вокруг раны.
 2. Для обработки всей поверхности раны, если рана сильно загрязнена.
 3. При ожогах, вызванных щелочью.
9. Какой материал может быть использован в качестве шины?
1. Ткань.
 2. Бинт, вата.
 3. Кусок доски.
10. На какой максимальный срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут?
1. Не более получаса.
 2. Не более 2 часов.
 3. Не более часа.
11. Что необходимо сделать для освобождения дыхательных путей пострадавшего?
1. Поднять выше голову.
 2. Подложить под плечи что-нибудь и максимально запрокинуть голову.
 3. Открыть рот пострадавшему.
12. Как транспортировать пострадавшего с проникающим ранением грудной клетки?
1. Лежа наживете.
 2. Лежа на спине.
 3. Лежа на спине с приподнятой верхней частью туловища.
13. Основные правила наложения транспортной шины при переломе бедренной кости в нижней трети?
1. Наложить одну шину от стопы до середины бедра.
 2. Наложить две шины, одну от стопы до подмышечной впадины, другую от стопы до паха.
 3. Наложить две шины, от стопы до конца бедра.
14. Как оказать первую помощь при переломе костей таза?
1. Придать пострадавшему полусидячее положение, наложить тугую повязку.
 2. Уложить пострадавшего на ровную жесткую поверхность, согнуть и развести коленные суставы и подложить под них валик из одежды или другого заменяющего ее материала.
 3. Уложить пострадавшего на спину на жесткую поверхность, к местам повреждения приложить грелку или пузырь со льдом или холодной водой.

15. Как правильно надеть на пострадавшего рубашку, пиджак при ранении руки?

1. Одежду надевают сначала на больную руку, а затем на здоровую.
2. Одежду надевают на обе руки одновременно.
3. Одежду надевают сначала на здоровую, а затем на больную руку.

II. Материалы для промежуточной аттестации

Вид промежуточной аттестации дифференцированный зачёт

Форма проведения аттестации письменная контрольная работа

Критерии оценки:

Развернутый письменный ответ студента должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на заданную тему.

При оценке ответа студента преподавателем учитываются следующие критерии:

- 1) полнота и правильность ответа,
- 2) степень осознанности, понимания изученного,
- 3) языковое оформление ответа.

Оценка «5» ставится, если студент:

- 1 Умеет ясно, четко, логично и грамотно излагать собственные размышления, делать умозаключения и выводы.
- 2 Полно излагает изученный материал, обнаруживает понимание материала.
- 3 Может применить знания на практике, привести необходимые примеры.
- 4 Излагает материал с точки зрения норм литературного языка.

Оценка «4» ставится, если студент:

дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «5», но допускает 1-2 ошибки и 1-2 недочета в последовательном и языковом оформлении излагаемого.

Оценка «3» ставится, если студент:

обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал неполно и допускает неточности, не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого материала

Оценка «2» ставится, если студент:

обнаруживает незнание большей части изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке понятий, беспорядочно и неуверенно излагает материал.

Перечень вопросов

1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода.
2. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера и при угрозе террористического акта.
3. Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера.
4. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.
5. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС.
6. Средства индивидуальной защиты.
7. Инфекционные болезни, их классификация и профилактика.
8. Здоровый образ жизни и его составляющие.
9. Биологические ритмы, их влияние на работоспособность человека.
10. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.
11. Правила личной гигиены и здоровья.
12. Инфекции, передаваемые половым путем.
13. СПИД, его профилактика.
14. Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.
15. Первая помощь при ранениях.

16. Первая помощь при травмах (для девушек).
17. Первая помощь при остановке сердца (для девушек).
18. Первая помощь при различных видах кровотечений (для девушек).
19. Первая помощь при остановке дыхания (для девушек).
20. Военская обязанность (для юношей).
21. Альтернативная служба (для юношей).
22. Организационная структура Вооруженных Сил (для юношей).
23. Виды Вооруженных Сил, рода войск (для юношей).

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

(обязательное)

Рассмотрено
на заседании комиссии
Протокол №____
от «__» _____ 202__ г.
Руководитель
методического
объединения /ФИО_____/

Лист обновления (изменения и дополнения) рабочей программы

на 20__ - 20__ учебный год

(наименование в соответствии с УП)

ППССЗ по специальности____

Учебный план (ы) _____ Группа (ы) _____
(выходные данные УП)

1. _____

2. _____

3. _____

Возможные варианты формулировок:

- внесены изменения в

- добавлены в список основных источников следующие учебные пособия:

Преподаватель

(ФИО)