Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Вятский государственный агротехнологический университет»

Среднее профессиональное образование

УТВЕРЖДАЮ
Зав. отделением СПО
_____ / Е.А. Федосимова
«18» апреля 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Специальность 35.02.12 Садово-парковое и ландшафтное строительство.

Квалификация: техник.

Киров 2023

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 4285BD6BEB8900E0BFFD5A2C6C4531B6
Владелец: Симбирских Елена Сергеевна
Действителен: с 25.05.2023 до 17.08.2024

Рабочая программа дисциплины составлена на основании:

1. Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования от 17.05.2012г. № 413 (в ред. Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014 N 1645, от 31.12.2015 N 1578, от 29.06.2017 № 613, Приказов Минпросвещения России от 24.09.2020 №519, от 11.12.2020 № 712)
2. Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 35.02.12 Садово-парковое и ландшафтное строительство, утвержденного приказом Минобрнауки России от 05.05.2022 N 309.
3. Учебного плана по специальности 35.02.12 Садово-парковое и ландшафтное строительство, утвержденного 18.04.2023 года (протокол № 5).

Программу разработал:
КТН доцент _____П.Н.Солонщиков

«18 » апреля 2023 г.

Программа пролонгирована:

в 2023-2024 учебном году:
преподаватель (разработчик)
заведующий отделением СПО _____Е.А. Федосимова
дата

в 2024-2025 учебном году:
преподаватель (разработчик)
заведующий отделением СПО _____Е.А. Федосимова

дата

СОДЕРЖАНИЕ

1.Паспорт рабочей программы учебной дисциплины …….……4

2. Структура и содержание учебной дисциплины ……....9

3.Условия реализации учебной дисциплины…….….….21

4.Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины …….…..23

5. Фонд оценочных средств……..

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Основы безопасности жизнедеятельности»

1.1 Область применения программы.

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» является частью общеобразовательного цикла образовательной программы СПО - программы подготовки специалистов среднего звена (далее – ППССЗ) по специальности среднего профессионального образования 35.02.12 Садово-парковое и ландшафтное строительство.

1.2.Место учебной дисциплины в учебном плане.

Учебная дисциплина является базовой дисциплиной общеобразовательного учебного цикла в соответствии с техническим профилем профессионального образования.

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» относится к предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» общей из обязательных предметных областей.

Уровень освоения учебной дисциплины в соответствии с ФГОС среднего общего образования базовый.

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций обладает самостоятельностью и цельностью.

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» имеет межпредметную связь с общеобразовательными учебными дисциплинами: биология, физическая культура.

Изучение учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается промежуточной аттестацией в форме дифференцированного зачёта в рамках освоения ППССЗ на базе основного общего образования.

1.3. Планируемые результаты освоения учебной дисциплины

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

• ***личностных*:**

− развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

− готовность к служению Отечеству, его защите;

− формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

− исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

− воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;

− освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

• ***метапредметных*:**

− овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
− овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
− формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной
безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
− приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
− развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
− формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
− формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
− развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
− формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
− развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
− освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
− приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
− формирование установки на здоровый образ жизни;
− развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• ***предметных*:**

1) сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;

2) сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;

3) сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте. Знание правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике, знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;

4) знания о способах безопасного поведения в природной среде; умение применять их на практике; знать порядок действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;

5) владение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знание мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера;

6) знание основ безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;

7) сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; знания о способах безопасного поведения в цифровой среде; умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;

8) знание основ пожарной безопасности; умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности;

9) сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знать роль государства в противодействии терроризму; уметь различать приемы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знать порядок действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знать порядок действий при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции;

10) сформированность представлений о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знание основ обороны государства и воинской службы; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны;

11) знание основ государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области;

12) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности.

Требования к предметным результатам освоения обучающимися с ограниченными возможностями здоровья базового курса "Основы безопасности жизнедеятельности" определяются с учетом особенностей их психофизического развития, состояния здоровья, особых образовательных потребностей.

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает формирование и развитие универсальных учебных действий в контексте преемственности формирования общих компетенций по профессии.

Виды универсальных учебных действий	**Общие компетенции (в соответствии с ФГОС СПО по специальности)**
коммуникативные − развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение; − формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций; − развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;	**ОК 1** Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам. **ОК2**. Использовать современные средства для поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности. **ОК 4.** Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
регулятивные − овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации	**ОК 1** Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам. **ОК 5**. Использовать

поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности; − формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников; − развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей; − формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;	информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
познавательные − формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; − приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;	**ОК 3**. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.

1.4 Количество часов на освоение программы:

Максимальная учебная нагрузка - 70 часов,
из них:

- аудиторная (обязательная) учебная нагрузка, включая практические занятия – 70 час;
- самостоятельная работа студентов –часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСИПЛИНЫ

2.1. Объём учебной дисциплины и виды учебной работы.

Вид учебной работы	Количество

	часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	**70**
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	**70**
в том числе:	
- практические занятия	**36**
- контрольные работы	
Промежуточная аттестация в форме ***дифференцированного зачёта***	**2**
Самостоятельная работа студентов	**-**

2.2.Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

№ п/п	Наименование Разделов и тем	Содержание учебного материала, контрольные, практические, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	**2**	**3**	**4**	**5**
	Введение	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО.	**2**	**1**
1.	Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	1	Ознакомительный.
		1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья**.** Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.	2	
		1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.	2	

		1.4. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	2	
		1.5. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	1	
		1.6. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.	2	
		1.7. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	1	
		Контрольная работа №1	1	
		Практические занятия Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	2	
		Самостоятельная работа студентов: Сделать доклад на тему: Какие качества помогают человеку преодолевать трудности? Как можно развить в себе эти качества? Составить таблицу международных сигналов бедствия.	4	Продуктивный

2	Государственная система обеспечения безопасности населения	2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1	Репродуктивный
		2.2. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).	1	
		2.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	1	
		2.4. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	1	
		2.5. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.	1	
		2.6. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.	1	
		2.7. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.	1	

		2.8. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.	1	
		2.9. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.	1	
		2.10. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.	1	
		Практические занятия Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.	2	
		Самостоятельная работа студентов: Сделать презентацию по теме: Полномочия Президента РФ и правительства РФ в области ГО. Руководство ГО. Управления ГО. Используя специальную литературу приведите примеры бойцов местной противовоздушной обороны при налётах военной авиации в годы ВОВ (1941-1945).	3	Продуктивный
		Написание реферата на темы: Основные факторы новых видов оружия. Что предшествовало применение хим.оружия в 1ой мировой войне. Виды оружия на новых	4	Продуктивный

		физических принципах. Концентрационные лагеря на территории германии, Польши, Прибалтики в годы 2ой мировой войны.		
		Сделать доклад по темам: Защитные комбинезоны и пневмокостюмы, индивидуальная аптечка состав, назначение. Пост радиационного и химического наблюдения его предназначение и состав оборудования и оснащения	4	Продуктивный
3.	Основы обороны государства и воинская обязанность	3.1. История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.	1	. Ознакомительный
		3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел	1	

		Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение.		
		3.3. Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.	2	
		3.4. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.	1	
		3.5. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.	2	
		3.6. Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.	2	
		3.7. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.	1	
		3.8. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к	2	

		Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.		
		3.9. Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.	1	
		3.10. Как стать офицером Российской армии. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального	1	

		образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.		
		3.11. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества. Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России — дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.	1	
		3.12. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1	
		Контрольная работа №2	1	
		Практические занятия Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.	2	
		Самостоятельная работа студентов: Подготовить краткое сообщение по теме: Вооружённые силы на современном этапе. Обязанности и права граждан в области обороны.	3	Продуктивный
		Самостоятельная работа студентов: Написание реферата по темам: Массовые военно-прикладные виды спорта, культивируемые в вооруженных силах Российской Федерации. Основные задачи профессионально-психологического отбора для службы в армии.	4	Продуктивный
		Самостоятельная работа студентов: Подготовить презентацию на тему: Какие основные цели ставят перед собой террористические организации. Контеррористическая операция её предназначение и условия	4	Продуктивный

		проведения. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность профилактика их влияния. Неприкосновенность международных организаций находящихся на территории военных действий		
		Самостоятельная работа студентов: Написать конспект по темам: Основные главы, статьи, положения конституции РФ. Контроль окружающей среды, прогнозирование развития возникших ЧС и их последствий.	3	Продуктивный
4.	Основы медицинских знаний	4.1. Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».	1	Репродуктивный
		4.2. Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.	2	
		4.3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.	2	
		4.4. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.	2	
		4.5. Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.	2	

		4.6. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.	2	
		4.7. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.	1	
		4.8. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.	1	
		4.9. Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.	2	
		4.10. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.	1	
		4.11. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.	1	
		4.12. Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.	1	
		Контрольная работа №3	1	
		Практические занятия Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	2	

		Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.		
		Самостоятельная работа студентов: Сделать доклад на тему: Профилактика инфекционных заболеваний. Синдром приобретённого иммунодефицита и его профилактика.	3	Продуктивный
		Самостоятельная работа студентов: Сделать доклад по теме: Причины возникновения инсульта симптомы. Оказание первой медицинской помощи при инсульте.	3	Продуктивный
	Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета		2	
			70	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ Основы Безопасности жизнедеятельности

3.1. Требования к минимальному материально – техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета
Оборудование учебного кабинета:
Рабочее место преподавателя, набор учебной мебели, учебно – наглядные пособия, раздаточный материал к практическим работам, комплект учебно - методической документации.
Технические средства обучения:

1. Общевойсковой защитный комплект (ОЗК)
2. Общевойсковой противогаз ГП-7
3. Изолирующий противогаз в комплекте с регенеративным патроном
4. Респиратор Р-2
5. Индивидуальный противохимический пакет (ИПП-8,9,10,11)
6. Комплект средств индивидуальной защиты
7. Макеты огнетушителей:
8. Огнетушители порошковые (учебные)
9. Огнетушители пенные (учебные)
10. Огнетушители углекислотные (учебные)
11. Комплект плакатов по Гражданской обороне
12. Комплект плакатов по медицинской подготовке
13. Комплект плакатов по пожарной безопасности

перевязочный материал, тонометр и фонендоскоп, секундомер, тренажёр (Максим) для сердечно – лёгочной реанимации, шины для иммобилизации, медицинская аптечка.
Комплект перевязочного материала для остановки кровотечения, мультимедийное оборудование.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет – ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник. Н.В.Косолапова,Н.А.Прокопенко Москва «Академия» 2017 г.
2. Сборник законов Российской Федерации. – М.: Эксмо,2011 г.- 2016 г.
3. Учебное пособие «Первая помощь». Москва, 2018.
4. Ужегов Г.И. Первая медицинская помощь. – Смоленск, 2015.
5. Ильина Н. Самопомощь. Справочник скорой доврачебной помощи. – М. – СПб.,2013.
6. Ежов В. Первая помощь. Пока не приехала скорая.– СПб: ИД «Весь», 2013.
7.medicine/shtm/baza/emerje/contents.htm

Дополнительные источники:

1.Глыбочко П.В., Никоненко В.Н., Алексеев Е.А., Карнаухов Г.М. Первая медицинская помощь.- 2014г.

2.Учебник Основы военной службы В.Ю.Микрюков, Шамаев Москва Профессиональное образование.- Издательство КНОРУС- 2021 г.

3.Устав внутренней службы вооруженных сил Российской Федерации (в ред.от 26.01.2019 № 18, от01.07.2020 № 440)

4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляетсяпреподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также в результате выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения раскрываются через усвоенные знания и приобретенныеумения, направленные на приобретение общих компетенций.

Результаты обучения (предметные) на уровне учебных действий	**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**
Введение	
Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности. Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите	**Текущий контроль**: устный опрос, письменные задания.
1. Обеспечение личнойбезопасности и сохранение здоровья населения	

Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха. Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя. Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам. Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения. Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека.	**Текущий контроль** : устный опрос, практические задания, тестовые задания.
2. Государственнаясистема обеспечениябезопасности населения	

Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения. Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС. Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС. Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.	**Текущий контроль**: устный опрос, практические задания, тестовые задания, письменные задания.
3. Основы обороныгосударства и воинскаяобязанность	

Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России. Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих. Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества. Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение	**Текущий контроль** : устный опрос, практические зада ния,тестовые зада ния, письменные задания.
4. Основы медицинскихзнаний	
Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. Характеристика основных признаков жизни. Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара. Определение основных средств планирования семьи. Определение особенностей образа жизни и рациона питания	**Текущий контроль** : устный опрос, практические задания, тестовые задания, письменные задания.
Промежуточная аттестация в форме **дифференцированного зачета**	

Приложение

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущей и промежуточной аттестации
по дисциплине

Основы безопасности жизнедеятельности

Специальность 35.02.12 Садово-парковое и ландшафтное строительство.

Квалификация: техник.

Киров 2023

Настоящий фонд оценочных средств (ФОС) входит в состав рабочей программы дисциплины БД.07 Основы безопасности жизнедеятельности и предназначен для оценки планируемых результатов обучения характеризующих формирование и освоение компетенций.

ФОС включает в себя оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации.

ФОС разработан на основании:

1. Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования от 17.05.2012г. № 413 (в ред. Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014 N 1645, от 31.12.2015 N 1578, от 29.06.2017 № 613, Приказов Минпросвещения России от 24.09.2020 №519, от 11.12.2020 № 712)
2. Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 35.02.12 Садово-парковое и ландшафтное строительство, утвержденного приказом Минобрнауки России от 05.05.2022 N 309.
3. Учебного плана по специальности 35.02.12 Садово-парковое и ландшафтное строительство, утвержденного 18.04.2023 года (протокол № 5).

2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

• ***личностных*:**

− развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
− готовность к служению Отечеству, его защите;
− формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
− исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
− воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
− освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

• ***метапредметных*:**

− овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
− овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и

чрезвычайных
ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной
безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации
в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной
информации, получаемой из различных источников;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и
индивидуальных возможностей;
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения
и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное
решение в различных ситуациях;
- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• ***предметных*:**

1) сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма,
терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
5) знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);
7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
8) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
9) умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
10) знание основ обороны государства и воинской службы, законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
11) знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
12) владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных
видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях
и их профилактике;

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает формирование и развитие универсальных учебных действий в контексте преемственности формирования общих компетенций по профессии.

Код компетенции	Содержание компетенций
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.
ОК 02	Использовать современные средства для поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях
ОК 04	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
ОК 05	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста
ОК 06	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения
ОК 07	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
ОК 9	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках

3. Задания для текущего контроля

Устный опрос, практические задания, тестовые задания, письменные задания.

Контроль знаний обучающихся проводится в форме текущей, рубежной и промежуточной аттестации. Текущая аттестация обучающихся – оценка знаний и умений проводится постоянно с помощью проверочных работ, устного опроса, выполнения студентами индивидуальных и групповых заданий, на практических занятиях, по результатам самостоятельной работы обучающихся.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации в форме тестов производится в соответствии с **критериями оценки.**

Перечень теоретических и практических вопросов позволяют проверить и объективно оценить знания и умения студентов.

Ответы на теоретические вопросы оценивается таким образом:

- оценка «2» ставится в том случае, если ответ на вопрос примитивен и неглубок, допущены фактические ошибки, отвечающий явно не понимает той или иной проблемы
- оценка «3» ставится, если обучающийся формально ответил на поставленный вопрос, не достиг нужной глубины и полноты в понимании поставленного вопроса
- оценка «4» означает правильный и достаточно глубокий ответ, в котором упущены те или иные нюансы
- оценка «5» - абсолютно правильный ответ, отличающийся точностью и глубиной.

4. Задания для промежуточного контроля (дифференцированный зачет) во 2 семестре.

Контролем освоения обучающимися дисциплины является дифференцированный зачет в письменной форме.

Дифференцированный зачет по дисциплине « Основы безопасности жизнедеятельности»

1. Роль и задачи РСЧС.
2. Правила оказания первой медицинской помощи при кровотечениях.
3. Государственные службы по охране здоровья и безопасности личности и их основные функции.
4. Правила оказания первой медицинской помощи при переломах.
5. Общая характеристика ядерного оружия. Классификация поражающих факторов ядерного взрыва и краткая их характеристика.
6. Правила оказания первой медицинской помощи при ушибах , вывихах конечностей и растяжениях.
7. Ударная волна ядерного взрыва. Особенности поражающего действия. Способы защиты.
8. Правила оказания первой медицинской помощи при пищевых отравлениях.
9. Световое излучение ядерного взрыва. Особенности поражающего действия. Способы защиты.
10. Правила оказания первой медицинской помощи утопающим.
11. Проникающая радиация и радиоактивное заражение местности. Особенности поражающего действия. Способы и средства защиты.
12. Правила оказания первой медицинской помощи при поражении электрическим током.
13. Защитные сооружения гражданской обороны. Требования, предъявляемые к защитным сооружениям.
14. Признаки жизни и смерти. Правила оказания первой медицинской помощи при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания.
15. Характеристика биологического оружия. Виды и особенности биологических средств.
16. Правила оказания первой медицинской помощи при ожогах, обморожениях и переохлаждении организма.
17. Характеристика химического оружия. Особенности поражающего действия отравляющих веществ. Способы и средства защиты.
18. Правила оказания первой медицинской помощи при внезапных заболеваниях.
19. Понятие о карантине и обсервации.
20. Правила безопасного поведения при пользовании железнодорожным, авиационным, морским и городским общественным транспортом.
21. Характеристика современных военных угроз.
22. Меры по предупреждению и профилактике инфекционных заболеваний.
23. Основные функции и задачи Российских Вооруженных Сил . Цели и задачи военной реформы.
24. Правила пожарной безопасности в быту и на природе. Действия при пожаре.
25. Структура Российских Вооруженных Сил. Виды и рода войск.
26. Правила электробезопасности в быту.
27. Понятие о воинской обязанности. Содержание воинской обязанности.
28. Правила личной гигиены.
29. Воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету.
30. Способы и методы развития гибкости и ловкости.
31. Организация медицинского освидетельствования призывников. Категории годности к военной службе.
32. Наиболее распространенные виды мошенничества. Правила поведения , предупреждающие возможный обман мошенников.

33. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе.
34. Правила подготовки к многодневному туристическому походу.
35. Классификация чрезвычайных ситуаций. Примеры и вероятные последствия.
36. Способы и методы развития силы мышц.
37. Основные качества личности военнослужащего.
38. Правила пользования индивидуальными средствами защиты.
39. Боевые традиции Российских Вооруженных Сил.
40. Способы и методы развития выносливости.
41. Требования воинской деятельности военнослужащего.
42. Правила безопасного поведения в туристическом походе.
43. Понятие о здоровье и здоровом образе жизни.
44. Действия населения при наводнении.
45. Цели и способы укрепления здоровья.
46. Правила поведения населения в зоне радиоактивного заражения.
47. Факторы риска, способствующие разрушению здоровья и возникновению заболеваний, приводящих к преждевременному уходу из жизни.
48. Порядок и правила проведения полной санитарной обработки населения в условиях применения противником оружия массового поражения.
49. Организация правильного, с точки зрения медицины, режима дня.
50. Действия населения по сигналам оповещения, подаваемыми службами ГО и ЧС.
51. Рациональное питание и его значение для здоровья.
52. Порядок проведения эвакуации при угрозах ЧС. Действия населения при объявлении эвакуации.
53. Влияние двигательной активности на здоровье человека.
54. Формы терроризма. Действия населения по защите и предупреждению террористических угроз.
55. Понятие о вредных привычках. Причины, по которым происходит приобщение подростков и молодежи к вредным привычкам.
56. Порядок самостоятельного изготовления и подбора средств индивидуальной защиты.
57. Алкоголизм. Влияние алкоголя на здоровье человека.
58. Способы и средства защиты населения от последствий применения вероятным противником биологического оружия.
59. Табакокурение. Влияние сигаретного дыма на здоровье человека.
60. Действия населения при землетрясении.
61. Наркомания. Влияние наркотиков на здоровье человека.
62. Действия по защите от квартирных воров.
63. Закаливание. Влияние закаливания на здоровье человека. Способы и принципы закаливания.
64. Действия по предупреждению нападения преступника на улице в темное время суток, в подъезде, в лифте, в автомобиле
65. Назначение и устройство противогаза , принцип его защитного действия.
66. Правила безопасности дорожного движения для пешехода и велосипедиста.
67. Виды спасательных и аварийно-восстановительных работ.
68. Правила безопасного поведения, отдыхая на водоеме.
69. Виды и причины экстремальных ситуаций в своем жилище.
70. Правила поведения, находясь в заложниках у террористов