

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования**

**«Омский государственный аграрный университет имени П.А. Столыпина»**

**Отделение СПО**

---

**ППССЗ по специальности 21.02.05 Земельно-имущественные отношения**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ по  
освоению учебной дисциплины  
БД.08 Основы безопасности жизнедеятельности**

Обеспечивающая преподавание дисциплины подразделение - отделение СПО

Выпускающее подразделение ППССЗ – отделение СПО

Разработчики РПУД, преподаватель

Бегунов М.А.

## Материалы по теоретической части дисциплины

### 1.1. Информационное обеспечение обучения: Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет ресурсов, дополнительной литературы, справочные и дополнительные материалы по дисциплине на 2017/18 учебный год

#### Основные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. - 4-е изд. перераб. - М: Просвещение, 2012. -351[8] л.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учебник / М. П. Фролов, Е.Н Литвинов, А. Т. Смирнов; ред. Ю. Л. Воробьёва. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: АСТ: Астрель; Владимир: ВКТ, 2011. -318, [2] с.
3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учебник: базовый и профильный уровни / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. - 4-е изд., перераб. - М: Просвещение, 2012. -320 с.

#### Дополнительные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник / В.Ю. Микрюков. – 5-е изд. – М.: КноРус
2. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие/ Ю. Г. Сапронов, А. Б. Сыса, В. В. Шахбазян. -9-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2012. -320 с.

### 1.2. Тематический план теоретического обучения

#### Раздел 1. Введение в дисциплину. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья. Основы комплексной безопасности.

Тема 1.1	Вводное занятие. ОБЖ как наука, задачи и функции.
Тема 1.2	Безопасность жизнедеятельности при пожарах
Тема 1.3	Действия при пожарах. Обеспечение безопасности на водоемах. Обеспечение безопасности в бытовых ситуациях.
Тема 1.4	Национальный антитеррористический комитет. Правовые режимы.
Тема 1.5	Применение Вооруженных Сил в борьбе с терроризмом.
Тема 1.6	Контрольная работа по разделу 1.

#### Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность

Тема 3.1	Воинская обязанность
Тема 3.2	Особенности военной службы
Тема 3.3	Военнослужащий-вооруженный защитник отечества
Тема 3.4	Ритуалы службы и порядок прохождения.
Тема 3.5	История создания ВС РФ

#### Раздел 4. Государственная система обеспечения безопасности населения

Тема 4.1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.
Тема 4.2	Личная безопасность в условиях ЧС
Тема 4.3	Проблемы военного характера. РСЧС, структура и задачи.
Тема 4.4	Экстремизм и терроризм. Нормативно-правовая база по борьбе терроризмом.
Тема 4.5	Уголовная ответственность. Действия при угрозе террористического акта.
Тема 4.6	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.

### 2. Материалы по лабораторным, практическим занятиям

#### 2.1. Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине

## ВВЕДЕНИЕ

Предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) – предназначен для обобщения методов безопасного ведения производственных процессов в различных областях человеческой деятельности, научного исследования, создания экологически чистых технологий, оптимального поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.

Задача курса – изучение теоретических основ ОБЖ, необходимых для функционирования человека в условиях производства, живой и неживой природы и чрезвычайных ситуациях, а также для приобретения некоторых практических навыков.

Методические указания по проведению практических занятий по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» подготовлены для студентов специальности 23.02.03. Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта на основе действующих общегосударственных нормативно-методических материалов.

Практические работы выполняются в кабинете безопасности жизнедеятельности, а также спортивном зале.

## РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

**Занятие № 1. Правила личной гигиены. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Инфекции, передаваемые половым путем. Меры их профилактики. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Семья в современном обществе**

**Цель занятия:** сформировать у студентов необходимый набор знаний и понятий о нравственности, личной гигиене человека и ее влиянии на здоровье, а также направить на ведение здорового образа жизни.

### **Содержание занятия:**

1. Правила личной гигиены человека.
2. Понятие нравственности и здорового образа жизни, как основополагающих факторов здорового потомства.
3. Инфекции и меры профилактики.

### **Вопросы и задания:**

1. Какие основные причины способствуют заражению инфекциями, передаваемыми половым путем (ИППП)?
2. Какие существуют наиболее распространённые инфекции, передаваемые половым путем?
3. Какие меры профилактики следует соблюдать, чтобы избежать заражения ИППП?
4. Какое наказание предусматривается в Уголовном кодексе РФ за умышленное заражение венерической болезнью?
5. Что такое ВИЧ-инфекция и СПИД?
6. Какие существуют пути заражения ВИЧ-инфекцией?
7. Какие существуют группы риска по заражению ВИЧ-инфекцией?
8. Сформулируйте для себя основные меры профилактики заражения ВИЧ-инфекцией; 9. Приготовить сообщения о мерах профилактики различных ИППП.

### **Рекомендуемая литература и интернет ресурсы:**

1. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Ю. Г. Сапронов. -2-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2013. -333 с.
2. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс : учебник для общеобразовательных учреждений : базовый и профильный уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". -4-е изд., перераб. -М: Просвещение, 2012. -320 с.: ил.

**Занятие № 2. Вредные привычки.**

**Цель занятия:** сформировать у студентов необходимый набор знаний и понятий о вредных привычках и их отрицательном воздействии на здоровье человека. **Содержание занятия:**

1. Курение и алкоголизм.

2. Наркомания.

**Вопросы и задания:**

1. Каковы условия и порядок заключения брака в РФ?
2. Как Семейный кодекс РФ определяет личные права и обязанности супругов?
3. Как Семейный кодекс РФ определяет права и обязанности родителей?
4. Подготовить сообщение о значении брака и семьи в современном обществе.

**Данное занятие предусматривает просмотр фильмов:**

1. О вреде алкоголя;
2. О наркомании как социальном явлении общества

**Рекомендуемая литература и интернет ресурсы:**

1. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс : учебник для общеобразовательных учреждений : базовый и профильный уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". -4-е изд., перераб. -М: Просвещение, 2012. -320 с.: ил.
2. <http://www.consultant.ru/>

***Занятие № 3. Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. При ранениях.***

**Цель занятия:** сформировать у студентов необходимый набор знаний и приемов для своевременного оказания помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте, а также ранениях.

**Содержание занятия:**

1. Острая сердечная недостаточность и инсульт. Характерные признаки и помощь.
2. Виды ранений и оказание первой помощи.

**Вопросы и задания:**

1. Что понимается под сердечной недостаточностью?
2. Что такое инсульт?
3. Каковы основные причины возникновения инсульта?
4. Почему геморрагический инсульт часто возникает после психического перенапряжения?
5. Что такое рана. Какие раны различают по характеру ранящего предмета и объёму разрушения тканей?
6. Какими проявлениями может сопровождаться ранение?
7. Для чего производится обездвиживание травмированных участков тела раненого подручными средствами?
8. Подготовить сообщение на тему: «Последовательность оказания первой помощи при ранениях»
9. Подготовить сообщение на тему: «Оказание первой помощи при инсульте»

**Рекомендуемая литература и интернет ресурсы:**

1. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Ю. Г. Сапронов. -2-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2013. -333 с.
2. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие/ Ю. Г. Сапронов, А. Б. Сыса, В. В. Шахбазян. -9-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2012. -320 с.
3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс : учебник для общеобразовательных учреждений : базовый и профильный уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". -4-е изд., перераб. -М: Просвещение, 2012. -320 с.: ил.

***Занятие № 4. Основные правила оказания первой помощи. Остановка артериального кровотечения. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего. Травмы опорнодвигательного аппарата. Растяжения мышц и связок, вывихи суставов. Переломы костей.***

**Цель занятия:** сформировать у студентов необходимый набор знаний и приемов для своевременного оказания помощи при остановке кровотечений, а также знаний и приемов для своевременного оказания помощи при остановке кровотечений, травмах опорно-двигательного аппарата, растяжениях связок и мышц, вывихах суставов, а также переломах костей

**Содержание занятия:**

1. Основные правила оказания первой помощи.

2. Правила остановки кровотечений.
3. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего. Первая помощь при травмах опорнодвигательного аппарата.
4. Растяжения мышц и связок, вывихи суставов, переломы.

**Вопросы и задания:**

1. Какая последовательность оказания первой помощи считается более целесообразной?
2. Какая последовательность рекомендуется для снятия с пострадавшего одежды?
3. Как рекомендуется освобождать ногу от обуви при травмах голени или стопы?
4. Как при оказании первой помощи пострадавшему рекомендуется поступить с его одеждой, чтобы не раздевать его полностью?
5. Что такое кровотечение?
6. Какие внешние признаки характеризуют артериальное кровотечение?
7. Какие существуют методы временной остановки кровотечения?
8. При каких повреждениях необходима иммобилизация пострадавшего?
9. С какой целью осуществляется иммобилизация?
10. От каких факторов зависит способ переноски пострадавшего?
11. Почему способ переноски пострадавшего зависит от характера повреждений? Обоснуйте свой ответ.
12. Какие причины могут привести к травме опорно-двигательного аппарата?
13. Какие существуют виды травм опорно-двигательного аппарата?
14. Какие меры способствуют профилактике травм опорно-двигательного аппарата? **Данное занятие предусматривает просмотр фильмов:**

1. Первая медицинская помощь при переломах.

**Рекомендуемая литература и интернет ресурсы:**

1. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Ю. Г. Сапронов. -2-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2013. -333 с.
2. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие/ Ю. Г. Сапронов, А. Б. Сыса, В. В. Шахбазян. -9-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2012. -320 с.
3. Мельников А.А. Безопасность жизнедеятельности. Топографо-геодезические и землеустроительные работы : учеб. пособие для студентов учреждений высшего проф. образования/ А. А. Мельников. -М.: Академический проект; Трикста, 2012. -332 с.
4. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс : учебник для общеобразовательных учреждений : базовый и профильный уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". -4-е изд., перераб. -М: Просвещение, 2012. -320 с.: ил.

***Занятие № 5. Черепно-мозговая травма, травма груди и живота. Травмы в области таза, позвоночника спины. Первая помощь при остановке сердца. Сердечный приступ.***

**Цель занятия:** сформировать у студентов необходимый набор знаний и приемов для своевременного оказания помощи при черепно-мозговых травмах, травмах груди и живота, при травмах области таза, позвоночника и спины.

**Содержание занятия:**

1. Черепно-мозговые травмы, травмы груди и живота.
2. Травмы области таза, позвоночника и спины.
3. Первая помощь при остановке сердца и сердечном приступе.

**Вопросы и задания:**

1. На какие виды делятся черепно-мозговые травмы по своим проявлениям и характеру изменений?
2. Какие существуют виды травм груди?
3. В результате чего может возникнуть травма живота и в чем она выражается?
4. Почему при травме груди больному придают полусидячее положение, а не положение лежа? Обоснуйте свой ответ.
5. Как подразделяются травмы тазовой области?
6. Как подразделяются травмы позвоночника и спины?

7. Что такое клиническая смерть и реанимация?
8. Какие признаки свидетельствуют о наступлении клинической смерти?
9. Какие причины могут привести к клинической смерти?
10. Перечислить основные правила сердечно-легочной реанимации.
11. Подготовить сообщение на тему: «Владение приемами в проведении сердечно-легочной реанимации и безопасность жизнедеятельности».

**Рекомендуемая литература и интернет ресурсы:**

- 1 Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Ю. Г. Сапронов. -2-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2013. -333 с.
- 2 Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие/ Ю. Г. Сапронов, А. Б. Сыса, В. В. Шахбазян. -9-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2012. -320 с.
- 3 Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс : учебник для общеобразовательных учреждений : базовый и профильный уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". -4-е изд., перераб. -М: Просвещение, 2012. -320 с.: ил.

**Занятие № 6. Контрольная работа по разделу II.**

**Выполнить тестирование**

**1 Ожоги могут быть термическими, химическими и радиационными. По степени тяжести их можно классифицировать:**

А 1-й, 2-й, 3-й степени

Б 1-й, 2-й, 3-й, 4-й степени

В 1-й, 2-й, 3А, 3Б, 4А, 4Б, 5-й степени

**2 В развитии инфекционного заболевания прослеживаются несколько последовательно сменяющихся периодов. Что это за периоды? Выберите правильный ответ:**

А начальный период, период инфицирования, опасный период, пассивный период, заключительный период

Б преинкубационный период, острое развитие болезни, пассивный период, выздоровление

В скрытый (инкубационный) период, начало заболевания, активное проявление болезни, выздоровление

**3 Причинами сердечной недостаточности могут быть:**

А ревматические поражения сердечной мышцы, пороки сердца, инфаркт миокарда, физическое перенапряжение, нарушение обмена веществ и авитаминозы

Б внутреннее и наружное кровотечение, повреждение опорно-двигательного аппарата, переутомление, тепловой и солнечный удары

В тяжелые повреждения, сопровождающиеся кровопотерей, разможение мягких тканей, раздробление костей, обширные термические ожоги.

**4 Самым надежным способом остановки кровотечения в случае повреждения крупных артериальных сосудов рук и ног является:**

А наложение давящей повязки

Б пальцевое прижатие

В наложение жгута

Г максимальное сгибание конечности

**5 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

**6 Какие из причин могут вызвать травму позвоночника:**

А удар твердым предметом по пальцам ног

Б потоп

В выпадение радиоактивных веществ

Г падение с высоты

**7 Определите правильность и последовательность оказания первой медицинской помощи пострадавшему при переломе грудины и закрытом пневмотораксе:**

А если есть возможность, дать пострадавшему кислород, вызвать «скорую помощь», держать позвоночник в неподвижном состоянии, дать пострадавшему успокаивающее средство

Б дать пострадавшему успокаивающее средство, поддерживать необходимую температуру тела пострадавшего, на грудину положить холод, вызвать «скорую помощь»

В дать пострадавшему обезболивающее средство, придать ему возвышенное положение с приподнятым изголовьем, если есть возможность, дать кислород, срочно вызвать «скорую помощь» **8**

**Каковы правильные действия по нанесению прекардиального удара в области грудины:** А прекардиальный удар, короткий и достаточно резкий, наносится в точку, расположенную на грудине выше мечевидного отростка на 2—3 см, локоть руки, наносящей удар, должен быть направлен вдоль тела пострадавшего, сразу после удара выяснить возобновилась ли работа сердца

Б прекардиальный удар наносится ладонью в точку, расположенную на грудине выше мечевидного отростка на 2—3 см и на 2 см влево от центра грудины, локоть руки, наносящей удар, должен быть направлен поперек тела пострадавшего, удар должен быть скользящим

В прекардиальный удар наносится ребром сжатой в кулак ладони в точку, расположенную на грудине выше мечевидного отростка на 2—3 см и на 2 см влево от центра грудины, после первого удара сделать второй удар

**9 Режим жизнедеятельности человека — это:**

А система деятельности человека в быту и на производстве

Б установленный порядок работы, отдыха, питания и сна

В индивидуальная форма существования человека в условиях среды обитания **10**

**Причинами переутомления являются:**

А продолжительный сон и продолжительный активный отдых

Б неправильная организация труда и чрезмерная учебная нагрузка В позднее пробуждение после сна, отказ от завтраков и прогулок

**11 Основными средствами развития силы мышц являются упражнения:**

А с внешним сопротивлением Б с

выполнением наклонов и махов В

требующие высокой скорости.

**12 Какие продукты питания способствуют здоровью зубов:**

А кондитерские, макаронные и мясные изделия

Б жирная пища

В овощи, богатые клетчаткой и кальцием

**13 Для обеспечения совместимости с другими людьми требуются три основных качества характера:**

А способность критически относиться к себе, терпимость, доверие

Б доброжелательность, понимание, красноречие

В волевые качества, темперамент, настойчивость **14**

**Брак может быть расторгнут:**

А по заявлению одного из супругов или их ближайших родственников

Б по заявлению обоих супругов или по просьбе одного из них

В по заявлению или просьбе совершеннолетних детей супругов **15**

**Образование раковых опухолей у курильщиков вызывают:**

А цианистый водород, содержащийся в табаке

Б никотин

В эфирные масла, содержащиеся в табаке

Г радиоактивные вещества, содержащиеся в табаке **16**

**Признаками алкогольного отравления являются:**

А головокружение, тошнота и рвота, уменьшение сердечных сокращений и понижение артериального давления, возбуждение или депрессивное состояние

Б пожелтение кожи, ухудшение слуха, отсутствие реакции зрачков на свет, улучшение аппетита, снижение иммунитета

В отсутствие речи, повышение температуры тела и артериального давления

**17 В холодное время года, кровоостанавливающий жгут накладывается на время до**

А 30 мин

Б 90 мин

В 60 мин

Г 120 мин

**18 В теплое время года, кровоостанавливающий жгут накладывается на время до А**  
30 мин

Б 90 мин

В 60 мин

Г 120 мин

**19 Признаками венозного кровотечения являются**

А кровь ярко красного цвета, струящаяся из раны

Б густая кровь, темного цвета

### **РАЗДЕЛ III. ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА И ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ**

**Занятие № 1. Виды и рода войск Вооруженных Сил РФ.**

**Цель занятия:** сформировать необходимые знания у студентов в области видов и родов войск Вооруженных Сил РФ

#### **Содержание занятия:**

1. Сухопутные войска (СВ), их состав и предназначение.
2. Военно-воздушные силы (ВВС), их состав и предназначение.
3. Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение.
4. Ракетные войска стратегического назначения (РВЧН), их состав и предназначение.
5. Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение.
6. Космические войска, состав и предназначение.
7. Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооруженных Сил РФ. **Вопросы и задания:**
1. Какие основные рода войск входят в состав Сухопутных войск РФ?
2. Какие боевые возможности мотострелковых и танковых войск вы можете перечислить?
3. Какие примеры использования Сухопутных войск в миротворческих операциях вы можете привести?
4. Какие рода авиации входят в состав Военно-воздушных сил?
5. Какие основные самолеты состоят на вооружении дальней авиации?
6. Какие рода сил входят в состав Военно-морского флота РФ?
7. Какие основные задачи призваны выполнять подводные силы Военно-морского флота РФ?
8. Для каких задач предназначены Ракетные войска стратегического назначения?
9. Для выполнения каких задач, предназначены Воздушно-десантные войска?
10. Задачи Космических войск РФ. Основные космодромы Министерства обороны РФ.
11. Какие войска относятся к войскам, не входящим в состав Вооруженных Сил РФ?
12. Подготовить сообщение на тему «стрелковое вооружение Сухопутных войск в период Великой Отечественной войны 1941 – 1945 гг.»
13. Подготовить сообщение об основных видах вооружения и военной техники Сухопутных войск.
14. Подготовить сообщение об одном из современных известных военных летчиках.
15. Подготовить сообщение на тему «Основные виды вооружения и военной техники ВМФ»
16. Подготовить сообщение на тему «История Ракетных войск стратегического назначения России»
17. Подготовить сообщение на тему «Генерал Василий Маргелов – организатор Воздушнодесантных войск РФ»

#### **Рекомендуемая литература и интернет ресурсы:**

- 1 Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Ю. Г. Сапронов. -2-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2013. -333 с.
- 2 Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие/ Ю. Г. Сапронов, А. Б. Сыса, В. В. Шахбазян. -9-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2012. -320 с.

1. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс : учебник для общеобразоват. учреждений: базовый и профил. уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". -4-е изд. перераб. -М: Просвещение, 2012. -351[8] л. ил. с.: ил.
2. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс : учебник для общеобразовательных учреждений : базовый и профильный уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". -4-е изд., перераб. -М: Просвещение, 2012. -320 с.: ил.

## **Занятие № 2. Боевые традиции ВС РФ Размещение и быт военнослужащих.**

**Цель занятия:** сформировать у учащихся чувство патриотизма и верности своей Родине. Изучить особенности размещения и быта военнослужащих.

### **Содержание занятия:**

1. Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.
2. Дружба и войсковое товарищество.
3. Размещение и быт военнослужащих.

### **Вопросы и задания:**

1. В чем заключается воинский долг военнослужащих Вооруженных Сил РФ?
2. В чем проявляется патриотизм военнослужащего Вооруженных Сил РФ?
3. Какое значение имеет войсковое товарищество для боевой готовности частей и подразделений Вооруженных Сил РФ в мирное время?
4. Какова роль войскового товарищества в современных условиях боя?
5. Какие меры принимаются Министерством обороны РФ по искоренению неуставных взаимоотношений?
6. Кто осуществляет ежедневную уборку помещений казармы?
7. Почему, на ваш взгляд, в помещениях, где живут военнослужащие, должна поддерживаться чистота? Обосновать ответ.
8. Как распределение времени в воинской части помогает поддерживать постоянную боевую готовность личного состава? Обоснуйте свой ответ.
9. Какой распорядок дня существует для военнослужащих, проходящих военную службу по призыву?
10. Какие правила личной гигиены обязан выполнять военнослужащий?
11. Какие правила общественной гигиены должны соблюдаться в воинской части всеми военнослужащими? Почему они так важны для личного состава воинских частей?
12. Какие мероприятия проводятся в воинской части для сохранения и укрепления здоровья военнослужащих?
13. Подберите два-три исторических примера героического, беззаветного служения российских солдат Родине.
14. Подготовить сообщение на тему «дружба и войсковое товарищество – боевые традиции Российской армии и флота» (на примерах конкретных случаев из истории войн).
15. Подготовить сообщение на тему «Воинские уставы – кодекс войскового товарищества»
16. Объясните, как вы понимаете смысл старой русской поговорки «Сам погибай, а товарища выручай»

### **Рекомендуемая литература и интернет ресурсы:**

1. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Ю. Г. Сапронов. -2-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2013. -333 с.
2. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие/ Ю. Г. Сапронов, А. Б. Сыса, В. В. Шахбазян. -9-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2012. -320 с.
3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс : учебник для общеобразоват. учреждений: базовый и профил. уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". -4-е изд. перераб. -М: Просвещение, 2012. -351[8] л. ил. с.: ил.
4. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс : учебник для общеобразовательных учреждений : базовый и профильный уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во

### **Занятие №3. Суточный наряд, обязанности.**

**Цель занятия:** сформировать у учащихся комплекс знаний о организации суточного наряда в армии.

#### **Содержание занятия:**

1. Суточный наряд. Общие положения.
2. Обязанности дежурного по роте.
3. Обязанности дневального по роте.

#### **Вопросы и задания:**

1. Для каких целей назначается суточный наряд и его состав?
2. Какой нагрудный знак (нарукавную повязку) должны иметь дежурные по полку и их помощники?
3. Как проходит подготовка личного состава, назначенного в суточный наряд?
4. Почему именно на суточный наряд возлагается своевременное принятие мер по предупреждению правонарушений? Обоснуйте свой ответ.
5. Кто назначается в воинской части дежурным по роте и за что он отвечает?
6. Какие основные обязанности возлагаются по уставу на дежурного по роте? Кто из военнослужащих обычно назначается на должность дежурного по роте?
7. Кто назначается дневальным по роте и что входит в его обязанности?
8. Подготовить сообщение на тему «Основные обязанности суточного наряда»
9. Подготовить сообщение на тему «Дежурный по роте и его обязанности»
10. Подготовить сообщение на тему «Обязанности дневального по роте»

#### **Рекомендуемая литература и интернет ресурсы:**

1. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Ю. Г. Сапронов. -2-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2013. -333 с.
2. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие/ Ю. Г. Сапронов, А. Б. Сыса, В. В. Шахбазян. -9-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2012. -320 с.
3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс : учебник для общеобразоват. учреждений: базовый и профил. уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". -4-е изд. перераб. -М: Просвещение, 2012. -351[8] л. ил. с.: ил.
4. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс : учебник для общеобразовательных учреждений : базовый и профильный уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". -4-е изд., перераб. -М: Просвещение, 2012. -320 с.: ил.

### **Занятие № 4. Организация караульной службы**

**Цель занятия:** освоение учащимися всех аспектов организации армейского караула и службы часового.

#### **Содержание занятия:**

1. Организация караульной службы. Общие положения.
2. Часовой и его неприкосновенность.
3. Обязанности часового.

#### **Вопросы и задания:**

1. С какой целью организуется караульная служба в воинской части?
2. Что называется караулом?
3. Кому в воинском гарнизоне подчиняются гарнизонные и внутренние караулы?
4. Почему охрана Боевого знамени считается важной задачей караула?

#### **Рекомендуемая литература и интернет ресурсы:**

1. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Ю. Г. Сапронов. -2-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2013. -333 с.
2. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие/ Ю. Г. Сапронов, А. Б. Сыса, В. В. Шахбазян. -9-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2012. -320 с.
3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс : учебник для общеобразоват. учреждений: базовый и профил. уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под

ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". -4-е изд. перераб. -М: Просвещение, 2012. -351[8] л. ил. с.: ил.

4. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс : учебник для общеобразовательных учреждений : базовый и профильный уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". -4-е изд., перераб. -М: Просвещение, 2012. -320 с.: ил.

### **Занятие № 5. Строевая подготовка**

**Цель занятия:** освоение учащимися основных аспектов строевой подготовки. **Содержание занятия:**

1. Строи и управление ими. Приемы и движения без оружия.
2. Выполнение воинских приветствий в строю. 3. Передвижения строя.

#### **Вопросы и задания:**

1. Почему такое важное значение в армии имеет строевая подготовка?
2. Как определяется глубина строя. Почему при поворотах строя названия флангов не изменяются? Обоснуйте свой ответ.
3. Какие объекты и флаги военнослужащие должны приветствовать воинским приветствием?
4. Как выполняется воинское приветствие на месте вне строя без головного убора и с головным убором?
5. Какие команды, определенные уставом, подаются для выхода военнослужащего из строя? Кто занимает место военнослужащего, если он вышел из первой шеренги?
6. В каком случае при подходе к воинскому начальнику военнослужащий не прикладывает руку к головному убору? Каков порядок выхода военнослужащих из второй шеренги?
7. Что по уставу должен делать начальник, которого приветствуют военнослужащие, после подачи команды для выполнения воинского приветствия?
8. Подготовить сообщение на тему «команды при выполнении строевых приемов и движения без оружия»
9. Подготовить сообщение на тему «Воинское приветствие»
10. Потренируйтесь в выполнении воинского приветствия на месте и в движении, при надетом головном уборе и без головного убора.
11. Рассказать основные правила поведения военнослужащего в развернутом и походном строю?

#### **Рекомендуемая литература и интернет ресурсы:**

1. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Ю. Г. Сапронов. -2-е изд. - М.: Издательский центр "Академия", 2013. -333 с.
2. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие/ Ю. Г. Сапронов, А. Б. Сыса, В. В. Шахбазян. -9-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2012. -320 с.
3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс : учебник для общеобразоват. учреждений: базовый и профил. уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". -4-е изд. перераб. -М: Просвещение, 2012. -351[8] л. ил. с.: ил.
4. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс : учебник для общеобразовательных учреждений : базовый и профильный уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". -4-е изд., перераб. -М: Просвещение, 2012. -320 с.: ил.

### **Занятие № 6. Огневая подготовка. Тактическая подготовка.**

**Цель занятия:** изучить основные аспекты огневой и тактической подготовки военнослужащего.

**Содержание занятия:**

1. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова.
2. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова. Приемы и правила стрельбы.
3. Современный бой. Обязанности солдата в бою.

### **Вопросы и задания:**

1. Какое основное предназначение огневой подготовки?
2. На чем основано автоматическое действие автомата Калашникова? Какие основные характеристики стрельбы вы можете назвать.
3. Какие основные части и механизмы автомата Калашникова вы знаете?
4. В каких случаях производится полная разборка автомата Калашникова?
5. Какие существуют приемы стрельбы из автомата Калашникова? Охарактеризуйте их.
6. Как удерживать автомат при движении бегом и ускоренным шагом, при переползании попластунски?
7. Какие характеристики современного общевойскового боя вы можете привести?
8. Что включает в себя тактическая подготовка солдата в современных Вооруженных Силах РФ?
9. Как вы считаете, почему в современном бою неизмеримо повышается роль солдата? Ответ обосновать.
10. Подготовить сообщение на тему «Предназначение автомата Калашникова и его боевые свойства»

### **Рекомендуемая литература и интернет ресурсы:**

1. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Ю. Г. Сапронов. -2-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2013. -333 с.
2. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие/ Ю. Г. Сапронов, А. Б. Сыса, В. В. Шахбазян. -9-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2012. -320 с.
3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс : учебник для общеобразоват. учреждений: базовый и профил. уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". -4-е изд. перераб. -М: Просвещение, 2012. -351[8] л. ил. с.: ил.
4. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс : учебник для общеобразовательных учреждений : базовый и профильный уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". -4-е изд., перераб. -М: Просвещение, 2012. -320 с.: ил.

### ***Занятие № 7. Контрольная работа по разделу III.***

#### **Выполнить тестирование**

#### **1 Вооруженные Силы — это:**

А вооруженная система государства, обеспечивающая защиту его интересов, находящаяся в постоянной боеготовности для отпора возможной агрессии со стороны других государств

Б составная часть государства, защищающая его рубежи от нападения противника, владеющая современной военной техникой и вооружением

В вооруженная организация государства, одно из важнейших орудий политической власти **2**

#### **Военно-Морской Флот — это:**

А вид вооруженных сил, который предназначен для нанесения ударов по промышленноэкономическим районам (центрам), важным военным объектам противника и разгрома его военноморских сил

Б род войск, обеспечивающий выполнение боевых задач по разгрому военно-морских сил противника

В вид войск, обеспечивающий решение стратегических и локальных боевых задач с применением специальной военной техники и вооружения **3 Под обороной государства понимается:**

А вооруженная система государства, обеспечивающая защиту его интересов от агрессии со стороны других государств

Б система политических, экономических, военных, социальных, правовых и иных мер по подготовке к вооруженной защите и вооруженная защита Российской Федерации, целостности и неприкосновенности ее территории

В система военных реформ, направленных на совершенствование Вооруженных Сил государства для подготовки их к вооруженной защите от агрессии **4 Боевые традиции — это:**

А определенные правила и требования к несению службы и выполнению боевых задач

Б исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с образцовым выполнением боевых задач и несением воинской службы

В специальные нормы, предъявляемые к психологическим и нравственным качествам военнослужащего в период прохождения воинской службы

**5 Из приведенных волевых качеств определите те, которые наиболее необходимы для выполнения воинского долга:**

А решительность, выдержка, настойчивость в преодолении препятствий и трудностей, которые возникают в процессе военной службы и мешают ей

Б агрессивность, настороженность, терпимость к себе и сослуживцам

В терпимость по отношению к старшим по званию, лояльность по отношению к сослуживцам, непримиримость к неуставным взаимоотношениям

**6 Под воинской обязанностью понимается:**

А прохождение военной службы в мирное и военное время, самостоятельная подготовка к службе в Вооруженных Силах

Б установленный законом почетный долг граждан с оружием в руках защищать свое Отечество, нести службу в рядах Вооруженных Сил, проходить вневоинскую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности

В долг граждан нести службу в Вооруженных Силах только в период военного положения и в военное время

**7 Комиссия по постановке граждан на воинский учет утверждается главой органа местного самоуправления (местной администрации) в следующем составе:**

А военный комиссар района (города) либо заместитель военного комиссара, специалист по профессиональному психологическому отбору, секретарь комиссии, врачи-специалисты

Б представитель командования военного округа, представитель органа местного самоуправления, врачи-специалисты

В военный комиссар района (города), руководитель (заместитель руководителя) органа внутренних дел, секретарь комиссии, врачи (хирург, терапевт, невропатолог)

**8 Заключение по результатам освидетельствования категории «Б» означает:**

А годен к военной службе с незначительными ограничениями

Б временно не годен к военной службе

В ограниченно годен к военной службе

**9 Запас Вооруженных Сил Российской Федерации предназначен:**

А для развертывания в военное время народного ополчения

Б для создания резерва дефицитных военных специалистов

В для развертывания армии при мобилизации и ее пополнения во время войны

**10 Общие правила и обязанности военнослужащих, взаимоотношения между ними, обязанности основных должностных лиц полка и его подразделений, а также правила внутреннего распорядка определяет:**

А Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации

Б Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации

В Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации

**11 Из приведенных ниже ответов определите, кто освобождается от призыва на военную службу:**

А имеющие ребенка, воспитываемого без матери, имеющие двух или более детей, имеющие ребенка в возрасте до 3 лет, мать которых, кроме них, имеет двух и более детей в возрасте до 8 лет или инвалида с детства и воспитывает их без мужа (жены)

Б признанные не годными или ограниченно годными к военной службе по состоянию здоровья, проходящие или прошедшие военную или альтернативную гражданскую службу в Российской Федерации, прошедшие военную службу в другом государстве, имеющие ученую степень кандидата или доктора наук

В граждане, достигшие возраста 18 лет и не состоящие на воинском учете, не прошедшие медицинское освидетельствование в полном объеме и в установленные сроки, граждане, временно пребывающие за границей

**12 Окончанием военной службы считается день:**

А в который истек срок военной службы

Б подписания приказа об увольнении с военной службы

В передачи личного оружия другому военнослужащему

**13 Какую ответственность несут военнослужащие за проступки, связанные с нарушением воинской дисциплины, норм морали и воинской чести:**

- А административную
- Б уголовную
- В дисциплинарную

**14 Современная воинская деятельность может быть условно разделена на три основных вида:**

- А в мирное время, в военное время, деятельность после военных действий
- Б боевая, учебно-боевая, повседневная
- В учебная, строевая, боевая

**15 В качестве знака, обозначающего желание воюющей стороны эвакуировать раненых и потерпевших кораблекрушение, а также гражданских лиц из зоны боевых действий используется знак:**

- А белый квадрат с красной полосой
- Б синий равносторонний треугольник на оранжевом фоне
- В белый флаг
- Г красный крест или красный полумесяц на белом фоне

**16 Снаряд, применяемый для уничтожения сооружений, зданий:**

- А Осколочный
- Б Ударный
- В Фугасный
- Г Объемно-детонирующего действия

**17 Какое условие, является необходимым для поступления на контрактную службу:** А Наличие детей

- Б Наличие водительского удостоверения
- В Наличие высшего образования
- Г Прохождение срочной службы в ВС РФ

**18 Организация караульной службы предназначена для:**

- А обучения бойцов первичным навыкам владения оружием
- Б охраны особо секретных объектов
- В охрана боевого знамени
- Г ведения корректировки огня артиллерийских бригад

**19 При отсутствии в расположении роты дежурного по роте, его обязанности выполняет:**

- А часовой
- Б дневальный свободной смены
- В один из рядовых роты
- Г дежурный другой роты

**20 Какие калибры, применяются при изготовлении автоматов Калашникова:** А 9,0 мм

- Б 5,45 мм
- В 7,62 мм
- Г 12,5 мм

#### **КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ выполнения практических заданий**

**«Отлично»** - выставляется студенту, знающему теоретические вопросы по всем темам дисциплины: основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации; основы военной службы и обороны государства; задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения; меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах; организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке; основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО; область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы; порядок и правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим;

Владеющему основными принципами оказания первой медицинской помощи; основными приемами защиты от ЧС природного и техногенного характера, а также ЧС военного времени; умениями в области воинской подготовки граждан.

**«Хорошо»** - выставляется студенту, освоившему дисциплину в полном объеме, но затрудняющемуся при принятии решений для оказания первой медицинской помощи, а также в действиях по защите от всех видов ЧС и области военной службы, не уверенно отвечающему на дополнительные вопросы по другим темам дисциплины.

**«Удовлетворительно»** - выставляется студенту, знающему ответы не на все теоретические вопросы и затрудняющемуся при решении практических вопросов и проведении практических действий, связанных с областью изучения дисциплины.

**«Неудовлетворительно»** - выставляется студенту, допустившему значительные пробелы в знании большинства тем дисциплины.

## **2.2. Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся**

**Цель самостоятельной работы:** формирование у студентов умений и навыков в области основных видов потенциальных опасностей и их последствий в профессиональной деятельности и быту, принципов снижения вероятности их реализации; в области основ военной службы и обороны государства. Сформировать знания задач и основных мероприятий гражданской обороны, способов защиты населения от оружия массового поражения, мер пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах, а также организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке; основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящего на вооружении (оснащении) воинских подразделений. В области порядка и правил оказания первой медицинской помощи пострадавшим.

Прежде, чем приступить к самостоятельной работе, студент должен ознакомиться с основными положениями рабочей программы по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» (106 часов: из них 30 часов на самостоятельное изучение), подобрать необходимую литературу и изучить теоретические положения дисциплины.

В ходе самостоятельной работы, студент должен выполнить следующие задания:

1. Написание конспектов по изучаемым темам.
2. Написание реферата.

Далее приведены разъяснения по каждому виду самостоятельной работы и даны рекомендации по ее выполнению.

### **1. НАПИСАНИЕ КОНСПЕКТОВ ПО ИЗУЧАЕМЫМ ТЕМАМ**

Данный вид самостоятельной работы студентов предполагает сбор, обработку и представление информации по темам комбинированных занятий с более глубокой проработкой некоторых вопросов. Выполнение данного вида самостоятельной работы рекомендуется проводить в следующей последовательности:

- формирование перечня вопросов, необходимых для освещения в рамках выбранной темы;
- работа с литературными и другими информационными источниками;
- систематизация полученных данных;
- написание основных тезисов изученного материала в виде опорного конспекта; □ подготовка ответа, с использованием опорного конспекта.

Перечень тем для поиска информации (представлен ниже) соответствует содержанию разделов и тем, представленных в рабочей программе дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

#### **ВОПРОСЫ**

##### **для самостоятельного изучения тем дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»**

1. Классификация пожаров и средств пожаротушения.

2. Безопасность жизнедеятельности при пожарах. Правила поведения на водоемах и в бытовых ситуациях.
3. ЧС природного характера и их возможные последствия. Обеспечение безопасности людей. ЧС техногенного характера и их возможные последствия. Обеспечение безопасности людей.
4. Единая государственная система по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС), структура и задачи. Проблемы безопасности при ЧС военного характера.
5. Экстремизм и терроризм. Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом. Ответственность за участие в терроризме. Личная безопасность при угрозе террористического акта.
6. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Виды оружия и их поражающие факторы. Оповещение и информирование.
7. Правила личной гигиены. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Инфекции, передаваемые половым путем. Меры их профилактики. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Семья в современном обществе.
8. Вредные привычки. Алкоголизм, наркомания, табакокурение. Влияние на здоровье человека и рекомендации по устранению зависимостей. Профилактика вредных привычек.
9. Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Классификация ранений и их специфика. Первая помощь при ранениях.
10. Основные правила оказания первой помощи. Классификация кровотечений, их специфика. Остановка артериального и венозного кровотечения.
11. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего. Травмы опорно-двигательного аппарата. Растяжения мышц и связок, вывихи суставов. Переломы костей.
12. Черепно-мозговая травма, травма груди и живота. Травмы в области таза, позвоночника спины. Первая помощь пострадавшему в вышеназванных ситуациях.
13. Сердечнососудистая система человека. Первая помощь при остановке сердца. Сердечный приступ, признаки и специфика протекания.
14. Симптомы и специфика отморожений и общего замерзания человека. Симптоматика и проявления сотрясения головного мозга, попадание инородных тел в дыхательные пути человека. Первая помощь в вышеназванных ситуациях.
15. Симптоматика и проявления удушья, шока, обморока у человека. Потеря сознания. Первая помощь при удушье, шоке, обмороке и потере сознания.
16. Первая помощь при химических и тепловых ожогах, солнечных и тепловых ударах, укусах змей и насекомых.
17. Процессы, происходящие в организме человека при утоплении и отравлении. Первая помощь пострадавшим.
18. История создания Вооруженных Сил РФ. Состав ВС РФ, руководство и управление ВС РФ.
19. Виды и рода войск Вооруженных Сил РФ. Применяемое вооружение и техника. Характеристики вооружения и техники отдельных видов и родов войск ВС РФ.
20. Боевые традиции ВС РФ. Размещение и быт военнослужащих. Распределение времени и повседневный порядок. Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих.
21. Подразделения, входящие в суточный наряд. Предназначение суточного наряда. Дежурство по роте. Основные обязанности дежурного и дневальных по роте.
22. Организация караульной службы в ВС РФ. Предназначение караула. Обязанности часового, а также требования, предъявляемые к оборудованию места несения караула.
23. Предназначение строевой подготовки в ВС РФ. Виды и особенности строев и способов движения. Выполнение воинских приветствий. Строи и управление ими.
24. Сущность огневой подготовки в ВС РФ. Устройство и характеристики автомата Калашникова, сборка и разборка. Предназначение тактической подготовки в условиях современного боя. Основные принципы тактической подготовки подразделений ВС РФ.
25. Основные понятия о воинской обязанности, организация воинского учета. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе. Профессиональный психологический отбор и его предназначение. Увольнение и пребывание в запасе.
26. Правовые основы военной службы. Военные аспекты международного права. Общевоинские уставы. Основные виды и особенности воинской деятельности. Честь и достоинство

военнослужащего ВС РФ. Военнослужащий – специалист своего дела, а также подчиненный, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

27. Порядок вручения Боевого знамени воинской части. Порядок приведения к Военной присяге (принесение обязательства). Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия. Прохождение военной службы по призыву. Прохождение военной службы по контракту и альтернативная служба.

28. Минимум оказания первой медицинской помощи пострадавшим в ЧС, а также при ранениях, полученных в результате боевых действий.

Отчеты по данному виду самостоятельной работы заслушиваются на аудиторных занятиях (лекциях или практических работах) по соответствующей теме.

## **2. НАПИСАНИЕ РЕФЕРАТА**

При написании реферата рекомендуется обратить особое внимание на его структуру, которая должна раскрывать логическую последовательность рассматриваемых вопросов (от общего к частному) и их четкое изложение. Каждый раздел реферата сопровождается необходимыми рисунками, схемами, таблицами и содержит в заключении краткие выводы.

Реферат должен быть выполнен на основе анализа литературы отечественных и зарубежных авторов, обзоров периодической печати, библиографических исследований, инструктивных и методических материалов по теме, законодательных актов и нормативных документов, регулирующих хозяйственную деятельность предприятия.

Структурно реферат должен включать следующие разделы: 1.

Титульный лист

2. Содержание.
3. Введение.
4. Основную часть.
5. Заключение.
6. Библиографический список.
7. Приложение (если необходимо).

Содержание включает наименование всех разделов, подразделов с указанием номера начальной страницы.

Во введении обосновывается актуальность темы, определяется ее теоретическое и практическое значение, формулируются цель и задачи работы. Во введении также обозначается краткое содержание работы и отражается, по каким литературным источникам и фактическим материалам выполнена работа. Рекомендуемый объем введения 2-3 страницы.

Основная часть работы представляет собой изложение материала по теме реферата и может включать 2-3 параграфа. В этой части реферата также необходимо обобщить различные взгляды на проблему или методы решения (если это возможно в рамках конкретной темы) и изложить собственное мнение по данному вопросу. Объем основной части 10-12 страниц.

В заключении должны быть представлены основные выводы и предложения по рассмотренной теме. Объем заключения 2-3 страницы.

Библиографический список должен содержать расположенный по алфавиту перечень использованных в процессе работы источников. Следует давать полные сведения об источнике. Перечень используемых источников может включать ссылки на электронные адреса Internet, а также нормативные документы и ГОСТЫ.

Реферат должен быть сдан не позже последнего занятия по дисциплине. В случае, если реферат не зачтен, необходимо устранить замечания. Исправления следует выполнять на отдельных листах. Исправленный вариант реферата сдается повторно вместе с первоначальным и списком замечаний преподавателя.

### *Требования к оформлению реферата*

Нумерация страниц начинается со страницы, содержащей оглавление работы, и производится арабскими цифрами в правом нижнем углу листа. Титульный лист включается в общую нумерацию, но не нумеруется. В приложениях страницы не нумеруются. Иллюстрации, схемы, графики, таблицы, расположенные на отдельных страницах, включаются в общую нумерацию страниц.

Тема реферата выбирается из предложенных выше или самостоятельно. Если студент выбирает тему самостоятельно, то перед началом работы следует проконсультироваться с преподавателем.

Текст пишется разборчиво, без сокращения слов, с указанием страниц в правом нижнем углу. Шрифт – Times New Roman, размер шрифта – 14, интервал – 1,5. Отступ первой строки 1 см. Параметры страницы: слева -3см, справа, сверху, снизу – 1,5 см.

Текст основной части работы может подразделяться на разделы и подразделы. Каждый раздел следует начинать с новой страницы. Разделы и подразделы должны иметь наименование - заголовки, в которых кратко отражается основное содержание текста. Заголовки разделов пишутся симметрично тексту прописными (заглавными) буквами. Заголовки подразделов пишутся с абзаца строчными буквами, кроме первой – прописной и также выделяются жирным шрифтом. Сокращенное написание слов в заголовках не допускается. Переносы слов в заголовках не допускаются. Точку в конце заголовка не ставят. Если заголовок состоит из двух и более предложений, их разделяют точкой. Подчеркивание заголовков не допускается.

Построение диаграмм осуществляется с помощью специального редактора *Word*.

В тексте не должно быть рисунков и таблиц без ссылок на них. Рисунки и таблицы располагаются в тексте сразу после ссылок на них. Рисунки должны иметь поясняющую надпись – название рисунка, которая помещается под ним. Рисунки обозначаются словом «Рисунок». Точка в конце названия не ставится. Рисунки следует нумеровать последовательно арабскими цифрами в сквозном порядке в пределах всей работы.

Цифровой материал целесообразно оформлять в виде таблицы. Каждая таблица должна иметь заголовок, который должен быть кратким и отражать содержимое таблицы.

Над названием справа пишется слово «Таблица» с порядковым номером арабскими цифрами в сквозном порядке в пределах всего реферата. Тематический заголовок пишут строчными буквами, кроме первой прописной. В конце заголовка точку не ставят. Таблицу следует размещать так, чтобы ее можно было читать без поворота работы или же с поворотом по часовой стрелке. Таблицу с большим количеством строк допускается переносить на другую страницу. При переносе таблицы, на следующей странице повторяют ее шапку и над ней помещают надпись «Продолжение таблицы» с указанием номера. Если шапка таблицы громоздкая, то вместо нее с перенесенной части в отдельной строке помещают номер граф.

Приложение оформляется как продолжение основной части задания, располагается в порядке появления ссылок в тексте. Каждое приложение должно начинаться с новой страницы и иметь содержательный заголовок, напечатанный жирным шрифтом. В правом верхнем углу под заголовком прописными буквами печатается слово «Приложение». Нумерация разделов, пунктов, таблиц в каждом приложении своя.

Встречающиеся в тексте цитаты берутся в кавычки, и ссылка делается на источник, из которого взята цитата. После цитаты, ссылка на источник литературы выставляется в квадратных скобках (например, [33, стр. 155-156]). В конце реферата указывается библиографический список.

Темы для написания реферата, рекомендуемая литература и интернет ресурсы, а также образец титульного листа представлены ниже.

#### **Перечень тем для написания реферата**

1. Обеспечение безопасности населения в чрезвычайных ситуациях и во время стихийных бедствий.
2. Средства защиты дыхательных путей.
3. Средства защиты кожи от внешних негативных воздействий.
4. Опасность атомной и ядерной энергетики.
5. История появления ядерного оружия.
6. Последствия крупных аварий на АЭС.
7. История появления ядов и химического оружия.
8. Организация мероприятий по перемещению и эвакуации населения.
9. Стихийные бедствия: смерчи, тайфуны, ураганы, землетрясения, наводнения. Поведение населения в случае угрозы их возникновения.
10. Обеспечение мер безопасности во время пожаров.
11. Обеспечение мер безопасности в случае схождения снежных лавин.
11. Извержение вулканов: опасность и меры предосторожности.
12. Угроза селевых потоков и обеспечение безопасности населения.
13. Угроза оползней и обеспечение безопасности населения.
14. Оказание первой медицинской помощи пострадавшим от стихийных бедствий.

15. Правила поведения в случае попадания в дорожно-транспортные происшествия.
16. Оказание первой помощи в случае ожога, утопления, обморожения, кровотечения.
17. Обеспечение безопасности жизнедеятельности на промышленных предприятиях.
18. Влияние радиации на здоровье человека: угроза, развитие болезней и методы лечения.
19. Терроризм: предотвращение и обеспечение мер безопасности.
20. Бактериологическое оружие. Микроорганизмы и возбудители инфекционных болезней.
21. Негативное воздействие на организм человека курения табака.
22. Содержание и организация мероприятий по локализации и ликвидации последствий ЧС.
23. Зажигательное оружие. Поражающие факторы. Зажигательные вещества.
24. Основные загрязнители атмосферы, гидросферы, литосферы.
25. Военская дисциплина – строгое и точное соблюдение всеми военнослужащими порядка и правил, установленных законами, воинскими уставами и приказами командиров.
26. Известные Российские конструкторы стрелкового оружия.
27. Известные Советские и Российские летчики-космонавты.
28. Основные опасности воинской деятельности и их проявления.

**Рекомендуемая литература и интернет источники:**

**Основные источники:**

1. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Ю. Г. Сапронов. -2-е изд. - М.: Издательский центр "Академия", 2013. -333 с.
2. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие/ Ю. Г. Сапронов, А. Б. Сыса, В. В. Шахбазян. -9-е изд. -М.: Издательский центр "Академия", 2012. -320 с.

**Дополнительные источники:**

1. Мельников А.А. Безопасность жизнедеятельности. Топографо-геодезические и землеустроительные работы : учеб. пособие для студентов учреждений высшего проф. образования/ А. А. Мельников. -М.: Академический проект, Трикста, 2012. -332 с.
2. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс : учебник для общеобразоват. учреждений: базовый и профил. уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". -4-е изд. перераб. -М: Просвещение, 2012. -351[8] л. ил. с.: ил.
3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс : учебник для общеобразовательных учреждений : базовый и профильный уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". -4-е изд., перераб. -М: Просвещение, 2012. -320 с.: ил.