Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Уральский институт государственной противопожарной службы
Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны,
чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий»

Кафедра общеобразовательных дисциплин

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Методические рекомендации по дисциплине

Специальность 20.02.04 Пожарная безопасность

Квалификация: специалист по пожарной безопасности
(базовая подготовка)

Екатеринбург
2023

Основы безопасности жизнедеятельности [Текст] : методические рекомендации по дисциплине. Специальность 20.02.04 Пожарная безопасность / сост. Е. В. Болгарь – Екатеринбург : ФГБОУ ВО «Уральский институт ГПС МЧС России», 2023. – 15 с.

Составитель:
Болгарь Е.В., преподаватель кафедры общеобразовательных дисциплин Уральского института ГПС МЧС России.

Методические рекомендации по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначены для студентов, обучающихся по специальности 20.02.04 Пожарная безопасность и составлены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 20.02.04 Пожарная безопасность, согласно рабочей программе дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

Методические рекомендации рассмотрены и одобрены на заседании кафедры общеобразовательных дисциплин
«07» сентября 2023 г., протокол № 1

© ФГБОУ ВО «Уральский институт ГПС МЧС России», 2023

СОДЕРЖАНИЕ

Введение 4
Структура дисциплины 5
Содержание тем 5
Тема 1. Введение 5
Тема 2. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья 5
Тема 3. Государственная система обеспечения безопасности населения 5
Тема 4. Основы обороны государства и воинская обязанность 6
Тема 5. Основы первой помощи 6
Вариант теста к разделу - Основы обороны государства и воинская обязанность 7
Зачёт по дисциплине 10
Теоретические вопросы для подготовки к зачёту 12
Вариант тестовых заданий для подготовки к зачёту 12
Литература 7

Введение

Методические рекомендации по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначены для студентов, обучающихся по специальности 20.02.04 Пожарная безопасность и составлены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 20.02.04 Пожарная безопасность, согласно рабочей программе дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

Требования к результатам освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» являются:

- формирование у обучающихся необходимых компетенций в области
безопасного взаимодействия человека со средой обитания, которые позволят
им грамотно выбирать целесообразные действия в условиях неопределенности и риска;
- формирование сознательного и ответственного отношения к вопросам сохранения здоровья и обеспечения безопасной жизнедеятельности;

Для достижения поставленных целей предусматривается решение следующих основных задач:

- идентификация опасности распознание и количественная оценка негативных воздействий среды обитания;
- изучение сущности угроз мирного и военного времени различного характера, возможных последствий и способов защиты;
- предупреждение воздействия тех или иных негативных факторов на человека;
- получение необходимых знаний о системе оборонных и инженерно-
технических мероприятий, осуществляемых в целях защиты населения в мирное и военное время;
- защита от опасности;
- ликвидация отрицательных последствий воздействия опасных и вредных факторов;
- овладение правовой основой обеспечения безопасности жизнедеятельности;
- развитие способности к логическому, аналитическому, критическому

мышлению в условиях повседневной деятельности, опасных и ЧС ситуациях;

- создание нормального, то есть комфортного состояния среды обитания человека.

Структура дисциплины

№ п/п	Наименование тем
1	Введение
2	Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья
3	Государственная система обеспечения безопасности населения
4	Основы обороны государства и воинская обязанность
5	Основы первой помощи
Итоговый контроль – зачёт	

Содержание тем

Тема 1. Введение

Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности». Цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения и понятия.

Тема 2. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья

Здоровье и здоровый образ жизни.

Факторы, способствующие укреплению здоровья.

Алкоголь и его влияние на здоровье человека.

Курение и его влияние на состояние здоровья.

Наркотики и наркомания, социальные последствия.

Автономное пребывание и поведение человека в различных ситуациях: в лесу, на дорогах, водоёмах.

Тема 3. Государственная система обеспечения безопасности населения

Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Характеристики чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Модели поведения при возникновении таких ситуаций.

Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.

Гражданская оборона.

Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.

Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.

Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.

Инженерная защита. Виды защитных сооружений и правила поведения в них.

Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.

Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники.

Тема 4. Основы обороны государства и воинская обязанность

Военная доктрина Российской Федерации.

Вооружённые Силы Российской Федерации: предназначение, структура, руководство. Вооружение видов и родов войск.

Анализ состояния и тенденции развития современных видов оружия.

Оружие на новых физических принципах, проблемы защиты населения и территории от его поражающих факторов.

Организация и вооружение мотострелкового взвода.

Основные понятия о воинской обязанности. Призыв на военную службу.

Прохождение военной службы по призыву. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба. Права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина и ответственность.

Строевая подготовка. Строи и управление ими. Строевые приёмы и движение без оружия. Выполнение воинского приветствия. Выход и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.

Огневая подготовка. Материальная часть автомата Калашникова. Разборка и сборка автомата. Подготовка к стрельбе. Ведение огня.

Тема 5. Основы первой помощи

Общие правила оказания первой медицинской помощи.

Первая помощь при ранениях.

Первая помощь при ушибах, переломах, вывихах, растяжения связок.

Первая помощь при травматическом шоке.

Первая помощь при поражении электрическим током.

Первая медицинская помощь при отморожениях.

Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, приступе стенокардии, инфаркте миокарда и внезапной остановке сердца.

Основные инфекционные заболевания и их профилактика.

Вариант теста
к разделу - Основы обороны государства и воинская обязанность

Вопрос 1:

Военная служба исполняется гражданами:

Варианты ответа:

1. только в Вооруженных Силах Российской Федерации;
2. в Вооруженных Силах Российской Федерации, пограничных войсках Федеральной пограничной службы Российской Федерация и войсках гражданской обороны;
3. в Вооруженных Силах Российской Федерации, других войсках, органах и формированиях.

Вопрос2:

Уклонившимся от исполнения воинской обязанности считается гражданин:

Варианты ответа:

1. не явившийся по вызову военного комиссариата в указанный срок без уважительной причины;
2. явившийся по вызову военного комиссариата без необходимых документов;
3. не явившийся по вызову военного комиссариата в указанный срок, даже имея уважительную причину.

Вопрос3:

Заключение по результатам освидетельствования категории «Г» означает:

Варианты ответа:

1. не годен к военной службе;
2. временно не годен к военной службе;
3. годен к военной службе с незначительными ограничениями.

Вопрос4:

Граждане, состоящие в запасе, могут призываться на военные сборы продолжительностью:

Варианты ответа:

1. до одного месяца, но не чаще одного раза в пять лет;
2. до двух месяцев, но не чаще одного раза в три года;
3. до трех месяцев, но не чаще одного раза в четыре года.

Вопрос5:

Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации подразделяются на:

Варианты ответа:

1. уставы родов войск и строевые;
2. тактические, стрелковые и общевоинские;
3. боевые и общевоинские.

Вопрос6:

Какой устав определяет предназначение, поря! док организации и несения гарнизонной и караульной служб, права и обязанности должностных лил гарнизона и военнослужащих, несущих эти службы! а также регламентирует проведение гарнизонных мероприятий с участием войск:

Варианты ответа:

1. Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации;
2. Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации;
3. Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Вопрос7:

Из приведенных ниже ответов определите, кому предоставляется отсрочка от призыва на военную службу:

Варианты ответа:

1. отбывающим наказание в виде обязательных или исправительных работ, находящимся под арестом или осужденным, находящимся в местах лишения свободы, имеющим неснятую или непогашенную судимость за совершение преступления, в отношении которых ведется следствие или уголовное дело передано в суд;
2. временно не годным к военной службе по состоянию здоровья, постоянно работающим в сельской местности врачам — на время этой работы, получающим послевузовское образование и постоянно работающим на педагогических должностях в сельской местности — на время этой работы;
3. прошедшим альтернативную службу в РФ, имеющим детей в возрасте от 3 до 18 лет, проходящим государственную службу в органах местного самоуправления.

Вопрос8:

Каким законодательным актом установлена система воинских званий для всех составов военнослужащих:

Варианты ответа:

1. Законом Российской Федерации «О безопасности»;
2. Федеральным законом Российской Федерации «О статусе военнослужащих»;

3. Федеральным законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе».

Вопрос9:

На военнослужащего, совершившего дисциплинарное правонарушение, могут налагаться только те дисциплинарные взыскания, которые определены:

Варианты ответа:

1. в Дисциплинарном уставе Вооруженных Сил Российской Федерации;
2. в Уголовном кодексе Российской Федерации;
3. в Гражданском кодексе Российской Федерации.

Вопрос10:

По служебному положению и воинскому званию военносл. могут быть:

Варианты ответа:

1. начальниками и подчинёнными;
2. командирами и солдатами;
3. срочной и контрактной службы.

Ключ к тесту

1. - в
2. - а
3. - б
4. - б
5. - в
6. - а
7. - б
8. - в
9. - а
10. - а

Зачёт по дисциплине

Теоретические вопросы для подготовки к зачёту

1 Цели и задачи дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»?

2 Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья?

3 Здоровье и здоровый образ жизни?

4 Факторы, способствующие укреплению здоровья?

5 Алкоголь и его влияние на здоровье человека?

6 Курение и его влияние на состояние здоровья?

7 Наркотики и наркомания, социальные последствия?

8 Автономное пребывание и поведение человека в лесу?

9 Автономное пребывание и поведение человека на дорогах?

10 Автономное пребывание и поведение человека на водоёмах?

11 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера?

12 Характеристики чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера?

13 Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях, задачи?

14 Гражданская оборона, задачи?

15 Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени?

16 Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций?

17 Инженерная защита. Виды защитных сооружений?

18 Правила поведения в защитных сооружениях?

19 Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций?

20 Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций?

21 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта?

22 Правила безопасного поведения при захвате в заложники?

23 Военная доктрина Российской Федерации?

24 Внешние и внутренние угрозы Российской Федерации?

25 Мобилизация?

26 Вооружённые Силы Российской Федерации: предназначение, структура, руководство?

27 Оружие на новых физических принципах, проблемы защиты населения и территории от его поражающих факторов?

28 Организация и вооружение мотострелкового взвода?

29 Призыв на военную службу?

30 Прохождение военной службы по призыву?

31 Прохождение военной службы по контракту?

32 Права и обязанности военнослужащих?
33 Воинская дисциплина и ответственность?

Примерные практические задания (задачи) для подготовки к зачёту

1 Строи и управление ими.
2 Строевые приёмы и движение без оружия.
3 Выполнение воинского приветствия.
4 Выход и возвращение в строй.
5 Подход к начальнику и отход от него.
6 Материальная часть автомата Калашникова.
7 Разборка и сборка автомата.
8 Подготовка к стрельбе. Ведение огня.
9 Материальная часть ручных осколочных гранат.
10 Общие правила оказания первой медицинской помощи.
11 Первая помощь при ранениях.
12 Первая помощь при ушибах, переломах, вывихах, растяжения связок.
13 Первая помощь при травматическом шоке.
14 Первая помощь при поражении электрическим током.
15 Первая медицинская помощь при отморожениях.
16 Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, приступе стенокардии, инфаркте миокарда и внезапной остановке сердца.

Вариант тестовых заданий для подготовки к зачёту

1. 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 вневойсковую 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.

2. 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);

3. 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.

4. 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.

5. В связи с выполнением обязанностей военной службы гражданам предоставляются определенные преимущества, которые называются льготами. Это льготы:

а) по налогам и сборам, жилищные льготы, льготы по отдельным вопросам брачно-семейного законодательства, льготы в области здравоохранения, в области образования, по перевозкам, льготы за службу в отдаленных местностях, за выполнение задач при во-оруженных конфликтах;

б) по налогам и сборам, жилищные льготы, льготы в области здравоохранения, в области образования и культуры, по перевозкам, за службу в отдаленных местностях, за выполнение задач при вооруженных конфликтах;

в) за службу в отдаленных местностях, льготы за выполнение задач при вооруженных конфликтах, в области здравоохранения, в области образования и культуры, жилищные льготы, льготы по налогам, в области материальной и уголовной ответственности, по перевозкам.

6. Общие правила и обязанности военнослужа-щих, взаимоотношения между ними, обязанности ос-новных 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.

7. 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 годны-ми 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 уста-новленные сроки, граждане, временно пребывающие за границей.

8. 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 военнослу-жащему.

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

а) административную;

б) уголовную;

в) дисциплинарную.

10. 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 оранже-вом фоне;

в) белый флаг;

г) красный крест или красный полумесяц на белом фоне.

Ответы:

1-б, 2-а, 3-а, 4-в, 5-б, 6-а, 7-б, 8-а, 9-в, 10-г.

Литература

Основная литература

1. Микрюков, В.Ю. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Микрюков В.Ю. — Москва : КноРус, 2019. — 282 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06523-5.

2. Алексеев С.В. Основы безопасности жизнедеятельности: 10–11 классы: базовый уровень : учебник для учащихся общеобразовательных организаций / С.В. Алексеев, С.П. Данченко, Г.А. Костецкая и др. – 4 –е изд., пересмотр. – М.: Вентана-Граф, 2019.-413.

3. Организация и ведение гражданской обороны и защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера: Учебное пособие / Под общ. ред. Г. Н. Кириллова. — 7-е изд., пересм. - М.: Институт риска и безопасности, 2011. -536 с.

Дополнительная литература

4. Индивидуальные и коллективные средства защиты. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Порядок и правила их использования [Текст]: учебное пособие / сост. А. В. Вишняков, А. А. Рязанов, С. М. Мурзин, А. О. Осипчук. – Екатеринбург: Уральский институт ГПС МЧС России, 2014. – 52 с.

5. Радиационная, химическая и биологическая защита. Радиоактивные загрязнения и технические средства дозиметрии [Текст]: учебное пособие / сост. А. А. Рязанов, С. М. Мурзин, А. В. Вишняков. – Екатеринбург: Уральский институт ГПС МЧС России, 2015. – 87 с.

6. Шишкин, П. Л. Средства защиты населения. Порядок выбора, хранения, накопления и использования [Текст] : учеб. пособие. Специальность 20.05.01 Пожарная безопасность. Направление подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность. Направление подготовки 38.03.04 Государственное и муниципальное управление / П. Л. Шишкин [и др.]. – Екатеринбург : Уральский институт ГПС МЧС России, 2017. – 132 с.

7. Шишкин, П. Л. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] : методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся. Специальность 20.02.04 Пожарная безопасность / сост. П. Л. Шишкин, – Екатеринбург : ФГБОУ ВО «Уральский институт ГПС МЧС России», 2023. – 21 с. – Режим доступа: http://10.97.170.7.

8. Шишкин, П. Л. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] : методические рекомендации по подготовке к зачёту. Специальность 20.02.04 Пожарная безопасность / сост. П. Л. Шишкин, – Екатеринбург : ФГБОУ ВО «Уральский институт ГПС МЧС России», 2023. – 20 с. – Режим доступа: http://10.97.170.7