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 20.02.05 Организация оперативного (экстренного)
реагирования в чрезвычайных ситуациях

Екатеринбург
2021

Основы безопасности жизнедеятельности [Текст] : методические рекомендации по дисциплине. Специальность 20.02.05 Организация оперативного (экстренного) реагирования в чрезвычайных ситуациях / сост. П.Л. Шишкин, – Екатеринбург : ФГБОУ ВО «Уральский институт ГПС МЧС России», 2021. – 15 с.

Составитель:
Шишкин П .Л., преподаватель кафедры управления в кризисных ситуациях Уральского института ГПС МЧС России.

Методические рекомендации по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначены для студентов, обучающихся по специальности 20.02.05 Организация оперативного (экстренного) реагирования в чрезвычайных ситуациях и составлены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 20.02.05 Организация оперативного (экстренного) реагирования в чрезвычайных ситуациях, согласно рабочей программе дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

Методические рекомендации рассмотрены и одобрены на заседании кафедры общеобразовательных дисциплин от 09.12.2021 г. протокол № 4.

© ФГБОУ ВО «Уральский институт ГПС МЧС России», 2021

СОДЕРЖАНИЕ

Введение 4

Структура дисциплины 5

Содержание тем 5

Тема 1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, принципы ее построения и функционирования ... 5

Тема 2. Гражданская оборона, основы ее организации и ведения 5

Тема 3. Способы и средства защиты населения, материальных и культурных ценностей, территорий от опасностей, возникающих при ведении военных действий, а также при ЧС 5

Тема 4. Основы военной службы 6

Вариант теста к разделу - Основы обороны государства и воинская обязанность 6

Зачёт по дисциплине 10

Теоретические вопросы для подготовки к зачёту 10

Вариант тестовых заданий для подготовки к зачёту 11

Литература..... 14

Введение

Методические рекомендации по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначены для студентов, обучающихся по специальности 20.02.05 Организация оперативного (экстренного) реагирования в чрезвычайных ситуациях и составлены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 20.02.05 Организация оперативного (экстренного) реагирования в чрезвычайных ситуациях, 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	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, принципы ее построения и функционирования
2	Гражданская оборона, основы ее организации и ведения
3	Способы и средства защиты населения, материальных и культурных ценностей, территорий от опасностей, возникающих при ведении военных действий, а также при ЧС
4	Основы военной службы
Итоговый контроль – диф.зачёт	

Содержание тем

Тема 1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, принципы ее построения и функционирования

Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Задачи РСЧС

Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и биолого-социального характера.

Режимы функционирования РСЧС. Режим повседневной деятельности. Режим повышенной готовности. Режим чрезвычайной ситуации.

Тема 2. Гражданская оборона, основы ее организации и ведения

История создания гражданской обороны.

Организация гражданской обороны. Задачи гражданской обороны.

Оружие массового поражения и защита от него.

Ядерное оружие. Химическое оружие. Биологическое оружие. Средства защиты от оружия массового поражения.

Правила поведения и действия людей в зонах радиоактивного, химического заражения и в очаге биологического поражения.

Тема 3. Способы и средства защиты населения, материальных и культурных ценностей, территорий от опасностей, возникающих при ведении военных действий, а также при ЧС

Основные принципы и способы защиты населения от опасностей, возникающих при чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.

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

Средства индивидуальной защиты. Назначение и устройство гражданских противогазов и респираторов. Подбор лицевой части. Сборка, проверка

исправности, укладка противогаза и респиратора в сумку. Предохранение стёкол очкового узла от запотевания и замерзания. Правила пользования противогазом и респиратором. Надевание противогаза на пострадавшего.

Назначение, состав средств индивидуальной защиты кожи. Подготовка специальной защитной одежды и правила пользования ею.

Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.

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

Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.

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

Тема 4. Основы военной службы

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.

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 военнослужащие 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.

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.

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 подготовке к зачёту

Специальность 20.02.05 Организация оперативного (экстренного)
реагирования в чрезвычайных ситуациях

Екатеринбург
2021

Основы безопасности жизнедеятельности [Текст] : методические рекомендации по подготовке к зачёту. Специальность 20.02.05 Организация оперативного (экстренного) реагирования в чрезвычайных ситуациях / сост. П.Л. Шишкин, – Екатеринбург : ФГБОУ ВО «Уральский институт ГПС МЧС России», 2021. – 19 с.

Составитель:
Шишкин П .Л., преподаватель кафедры управления в кризисных ситуациях Уральского института ГПС МЧС России.

Методические рекомендации по подготовке к зачёту «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначены для студентов, обучающихся по специальности 20.02.05 Организация оперативного (экстренного) реагирования в чрезвычайных ситуациях и составлены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 20.02.05 Организация оперативного (экстренного) реагирования в чрезвычайных ситуациях, согласно рабочей программе дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

Методические рекомендации рассмотрены и одобрены на заседании кафедры общеобразовательных дисциплин от 09.12.2021 г. протокол № 4.

© ФГБОУ ВО «Уральский институт ГПС МЧС России», 2021

СОДЕРЖАНИЕ

Введение 4

Структура дисциплины 4

Рекомендации по темам дисциплины 4

Тема 1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, принципы ее построения и функционирования ... 4

Тема 2. Гражданская оборона, основы ее организации и ведения 5

Тема 3. Способы и средства защиты населения, материальных и культурных ценностей, территорий от опасностей, возникающих при ведении военных действий, а также при ЧС 5

Тема 4. Основы военной службы 5

Вариант тестового задания 6

Литература 20

Введение

Методические рекомендации по подготовке к зачёту «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначены для студентов, обучающихся по специальности 20.02.05 Организация оперативного (экстренного) реагирования в чрезвычайных ситуациях и составлены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 20.02.05 Организация оперативного (экстренного) реагирования в чрезвычайных ситуациях, согласно рабочей программе дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

Структура дисциплины

№ п/п	Наименование тем
1	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, принципы ее построения и функционирования
2	Гражданская оборона, основы ее организации и ведения
3	Способы и средства защиты населения, материальных и культурных ценностей, территорий от опасностей, возникающих при ведении военных действий, а также при ЧС
4	Основы военной службы
Итоговый контроль – диф.зачёт	

Рекомендации по темам дисциплины

В данном разделе методических рекомендаций приведены вопросы, типовые задания (задачи), тестовые вопросы по изучаемой теме, которые помогут более качественно подготовиться к зачёту в соответствии с действующей рабочей программой дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

Зачёт по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» проводится в традиционной форме (теоретические вопросы и практические задания (задачи)), а также может проводиться в тестовой форме на бланках или компьютерах.

Тема 1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, принципы ее построения и функционирования

Теоретические вопросы для подготовки к зачёту

1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера?
2. Характеристики чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера?
3. Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях, задачи?
4. Гражданская оборона, задачи?

5. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени?
6. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций?
7. Инженерная защита. Виды защитных сооружений?
8. Правила поведения в защитных сооружениях?
9. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций?
10. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций?
11. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта?
12. Правила безопасного поведения при захвате в заложники?

Тема 3. Способы и средства защиты населения, материальных и культурных ценностей, территорий от опасностей, возникающих при ведении военных действий, а также при ЧС

Теоретические вопросы для подготовки к зачёту

1. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья?
2. Здоровье и здоровый образ жизни?
3. Факторы, способствующие укреплению здоровья?
4. Алкоголь и его влияние на здоровье человека?
5. Курение и его влияние на состояние здоровья?
6. Наркотики и наркомания, социальные последствия?
7. Автономное пребывание и поведение человека в лесу?
8. Автономное пребывание и поведение человека на дорогах?
9. Автономное пребывание и поведение человека на водоёмах?

Тема 4. Основы военной службы

Теоретические вопросы для подготовки к зачёту

1. Военная доктрина Российской Федерации?
2. Внешние и внутренние угрозы Российской Федерации?
3. Раскрыть понятие - мобилизация?
4. Вооружённые Силы Российской Федерации: предназначение, структура, руководство?
5. Оружие на новых физических принципах, проблемы защиты населения и территории от его поражающих факторов?
6. Организация и вооружение мотострелкового взвода?
7. Призыв на военную службу?
8. Прохождение военной службы по призыву?
9. Прохождение военной службы по контракту?
10. Права и обязанности военнослужащих?
11. Воинская дисциплина и ответственность?

Практические вопросы для подготовки к зачёту

12. Строи и управление ими?
13. Строевые приёмы и движение без оружия?

14. Выполнение воинского приветствия?
15. Выход и возвращение в строй?
16. Подход к начальнику и отход от него?
17. Материальная часть автомата Калашникова?
18. Разборка и сборка автомата?
19. Подготовка к стрельбе. Ведение огня?
20. Материальная часть ручных осколочных гранат?

Вариант тестового задания по дисциплине

Примерные практические задания (задачи) для подготовки к зачёту

Список вопросов теста

1. Потенциально-опасным объектом называют:

А) Особо охраняемый объект

Б) Предприятие, на котором возможны хищения опасных веществ.

В) Предприятие, на котором возможны аварийные ситуации.

2. Услышав сигнал «Внимание всем!» необходимо:

А) Спуститься в подвал.

Б) Позвонить всем знакомым и предупредить об опасности.

В) Включить радио или ТВ, прослушать рекомендации.

3. Дополните фразу:» Радио- и телевизионные приёмники необходимо включить на местной программе передач и прослушать сообщение органов «ГОЧС» после сигнала:

А) внимание всем

Б) SOS

В) говорит МЧС

Г) говорит Архангельск

4. Установите соответствие между группой средств индивидуальной защиты и их разновидностью (ответ представьте цифрой с буквой, например, …2В…)

1. средства индивидуальной защиты органов дыхания

2. средства индивидуальной защиты кожи

А) общевойсковой защитный комплект

Б) противогаз

В) производственная одежда

Г) ватно-марлевая повязка

Д) противопыльная тканевая маска

Е) повседневная одежда, при необходимости пропитанная специальными растворами

Ж) респиратор

З) Легкий защитный костюм Л-1

И) аптечка индивидуальная АИ-2

5. Из перечисленных веществ выбрать наиболее распространенные АХОВ:

А) перекись водорода

Б) хлор

В) соляная кислота

Г) аммиак

Д) карбонат натрия

Е) сероуглерод

6. Объект, при аварии на котором или при его разрушении могут произойти массовые поражения людей, животных и растений АХОВ называется…

А) радиационно опасным объектом

Б) гидродинамическим опасным объектом

В) технически опасным объектом

Г) ядерным объектом

Д) химически опасным объектом

7. Поражающими факторами АХОВ являются:

А) ударная волна

Б) пожары и взрывы

В) токсическое воздействие на организм человека и животного

Г) стихийные бедствия

Д) заражение местности, воздуха, водоёмов

8. Авария на химически опасном объекте, сопровождающаяся проливом или выбросом аварийно химически опасного вещества, способная привести к гибели или химическому заражению людей, сельскохозяйственных животных и растений, заражению окружающей среды называется…

А) гидродинамическая авария

Б) радиационная авария

В) катастрофой

Г) химическая авария

9. Территория, в пределах которой в результате воздействия АХОВ произошли массовые поражения людей, животных и растений называется…

А) зоной поражения АХОВ

Б) очагом поражения АХОВ

В) радиусом поражения АХОВ

10. Свойства ртути:

А) жидкий металл

Б) газообразное вещество, тяжелее воздуха

В) бесцветный газ без запаха

11. Признаки поражения парами ртути:

А) раздражение слизистых оболочек глаз, рвота, головокружение

Б) повышенная утомляемость, слабость, сонливость, головная боль.

В) резь в глазах, слезотечение, раздражительность, кашель.

12. Средства защиты при разливе ртути:

А) ватно-марлевая повязка, смоченная 2% раствором питьевой соды

Б) ватно-марлевая повязка, смоченная 5% раствором лимонной кислоты

В) ГП-5, ГП-7,ПДФ-2 (ДШ)

Г) полоскание рта 0,25% раствором марганцовки, чистка зубов

13. С какой целью руководитель похода обязан сообщить о маршруте туристской группы в поисково-спасательную службу (ПСС)?

А) Для того, чтобы ППС был выделен представитель для сопровождения группы на маршруте

Б) Для того, чтобы ППС могла контролировать прохождение группой населенных пунктов, указанных в маршруте

В) Для того, чтобы ППС могла контролировать прохождение группой маршрута и в случае создания экстремальной ситуации оперативно оказать ей помощь

Г) Для того, чтобы ППС выделила группе рацию для связи во время прохождения маршрута

14. Определить стороны света на местности можно по ...

А) собственной тени

Б) направлению полета птиц

В) направлению течения реки (ручья)

Г) направлению троп

15. Главной задачей при подготовке и проведении туристического похода является ...

А) обеспечение безопасности

Б) полное прохождение маршрута

В) выполнение целей и задач похода

Г) организация питания

16. Наиболее удобной обувью для туристического похода являются ...

А) сапоги резиновые

Б) сапоги кирзовые

В) ботинки туристические

Г) кроссовки

17. Определить стороны света, находясь в лесу в безоблачную ночь, можно по ...

А) луне

Б) Полярной звезде

В) часам

Г) собственной тени

18. Сооружения, предназначенные для защиты людей от последствий аварий (катастроф) и стихийных бедствий в мирное время, а также от поражающих факторов оружия массового поражения и обычных средств нападения противника в военное время, называются ...

А) радиационные укрытия

Б) убежища

В) блиндажи

Г) специальные подвалы

19. Назовите наиболее подходящее место для установки палатки.

А) под деревом

Б) в кустарнике

В) в низине

Г) на возвышенном участке

20. Установите соответствие между степенью опасности природного явления и его видов

(ответ представьте цифрой с буквой, например, 2в)

1. обычные природные явления…	2. опасные природные явления…	
А) землетрясения	Д) оползни	И) ураганы
Б) цунами	Е) лесные пожары	К) иней
В) наводнения	Ж) дождь	
Г) туман	З) снежные лавины	

21. Вы в школе. Идёт урок. Слышен звук сирены. В класс вбежал дежурный по школе и сообщил, что по радио передано сообщение о приближающемся землетрясении. Определите ваши дальнейшие действия и укажите их последовательность:

А) отключить электричество

Б) забить окна

В) попытаться быстро покинуть здание школы и пойти домой

Г) эвакуироваться вместе с классом из здания школы

Д) занять место вдали от зданий и линий электропередач

22. Что нужно делать при внезапном наводнении до прибытия помощи? Какие из перечисленных действий необходимы? Укажите их последовательность:

А) быстро перемещаться на ближайшее возвышенное место

Б) оставаться на месте до схода воды

В). подавать сигналы бедствия белым или цветным полотнищем в дневное время, световые – в ночное

23. Вы – в лесу, где возник пожар. Определите очередность действий:

А) быстро выходить из леса в наветренную сторону

Б) определить направление распространения огня

В) выбрать маршрут выхода из леса в безопасное место

Г) определить направление ветра

24. Эвакуация - это..

А) вывод населения из зоны ЧС

Б) вывод населения из очага поражения или из зоны ЧС

В) организованный вывод (вывоз) населения. Не занятого в производстве (в том числе учащихся), из городов в загородную зону

25 Повреждение тканей тела человека, возникшее при повышении их температуры свыше 50°С, называется ...

А)... тепловым ударом

Б)... солнечный ударом

В)... ожогом

Г)... химическим ожогом

26. Как называется смещение костей относительно друг друга в области сустава?

А) сдавливание

Б) вывих

В) перелом

Г) открытый перелом

27. Противорадиационное укрытие предназначено для защиты людей от ...

А). радиоактивного заражения

Б). сильнодействующих отравляющих веществ

В). ударной волны

28. В солнечный полдень тень указывает на:

А) Юг

Б) Север

В) Запад

Г) Восток

29. Перечислить способы ориентирования на местности:

А)_

Б)_____

В) _____

Г)_____

30. Аммиак – это:

а) бесцветный газ с резким запахом, тяжелее воздуха;

б) газ с удушливым неприятным запахом, напоминающим запах гнилых плодов;

в) бесцветный газ с резким удушливым запахом, легче воздуха.

31. Вы находились на улице не далеко от дома. Вдруг на заводах и предприятиях загудели гудки. В жилом районе включили сирену. Ваши действия:

а) немедленно пойти домой и уточнить у родителей или соседей, что произошло в микрорайоне, городе, стране;

б) пойти домой, включить радио или телевизор на местной программе, выслушать информацию и выполнить содержащие в ней указания;

в) продолжить игру, не обращая внимания на происходящее вокруг вас.

32. Хлор — это:

а) бесцветный газ с резким запахом (нашатырного спирта);

б) парообразное вещество с запахом горького миндаля, от которого появляется металлический привкус во рту;

в) зеленовато-желтый газ с резким запахом.

33. При оповещении об аварии на радиационной опасном объекте необходимо действовать в указанной последовательности:

а) включить радио и выслушать сообщение, выключить газ, электричество, взять необходимые продукты питания, вещи и документы, надеть средства индивидуальной защиты, вывесить на двери табличку «В квартире жильцов нет» и следовать на сборный эвакуационный пункт;

б) включить радио и выслушать сообщение, освободить от продуктов питания холодильник, выключить газ, электричество, погасить огонь в печи, взять необходимые продукты питания, вещи и документы, надеть средства индивидуальной защиты и следовать на сборный эвакуационный пункт;

в) включить радио и выслушать сообщение, освободить от продуктов питания холодильник и вынести скоропортящиеся продукты и мусор, выключить газ, электричество, погасить огонь в печи, взять необходимые продукты питания, вещи и документы, надеть средства индивидуальной защиты, вывесить на двери табличку «В квартире жильцов нет» и следовать на сборный эвакуационный пункт.

34.Ядерное оружие – это:

А) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землёй (под водой)

Б) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании светового излучения в результате возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, включающего ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи

В) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии

35. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:

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

Б) ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электромагнитный импульс) резкое понижение температуры окружающей среды, понижение концентрации кислорода в воздухе, самовозгорания веществ и материалов в зоне взрыва, резкое увеличение силы тока в электроприборах.

36.Сирены и прерывистые гудки предприятий и

транспортных средств означают сигнал оповещения:

А) «Внимание! Опасность!»;

Б) «Внимание всем!»;

В) «Тревога».

37. К коллективным средствам защиты относятся:

А) убежища и противорадиационные укрытия;

Б) противогазы и респираторы;

В) средства защиты кожи и респираторы на всех работников предприятия.

38. Лед применяется при оказании первой помощи пострадавшим при…

А) ожогах

Б) кровотечениях

В) переломах

39. При ожоге используют…

А) синтомициновую и стрептоцидовую эмульсию

Б) синтомициновую и стрептоцидовую мазь

В) эритромициновую присыпку

40. Временным и вспомогательным способом остановки кровотечений является…

А) давящая повязка

Б) закрутка

В) способ прижатия сосудов

41. Кровоостанавливающий жгут накладывается

А) в любом месте кровоточащей конечности

Б) 5-7 см выше раны

В) 5-7 см ниже раны

42. Какую помощь необходимо оказать пострадавшему при алкогольном отравлении?

А) положить на живот горячую грелку;

Б) уложить набок и очистить дыхательные пути, а также промыть желудок;

В) положить на голову холодный компресс и вызвать «скорую помощь;

Г) дать понюхать ватку, смоченную нашатырным спиртом;

43. Какую помощь необходимо оказать пострадавшему при отравлении лекарственными препаратами?

А) дать обезболивающие средство;

Б) вызвать «скорую помощь»;

В) промыть пострадавшему желудок;

Г) дать пострадавшему крепкого чая (кофе) и чёрных сухарей.

44.Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?

А) кровь спокойно вытекает из раны;

Б) кровь фонтанирует из раны;

В) кровь ярко-красного цвета;

Г) кровь тёмно-красного цвета;

д. слабость.

45. Как правильно наложить давящую повязку?

А) обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой;

Б) обработать края раны вазелином или кремом;

В) прикрыть рану стерильной салфеткой, а на неё положить сложенный в несколько раз бинт;

Г) наложить повязку.

46. Какой должна быть первая медицинская помощь при открытых переломах?

А) вправить вышедшие наружу кости;

Б) остановить кровотечение и обработать края Раны антисептиком;

В) на рану в области перелома наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обезболивающие средство;

Г) провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения.

47. Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?

А) провести иммобилизацию места перелома;

Б) устранить искривление конечности;

В) положить на место травмы холод и дать пострадавшему обезболивающее средство;

Г) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

48. При каких случаях пострадавшего укладывают с приподнятыми ногами, расстегивают ворот, протирают лицо холодной водой, дают нюхать нашатырь?

А) отравление;

Б) утопление;

В) обморок;

Г) открытая черепно-мозговая травма.

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

А) от 16 до 18 лет;

Б) от 18 до 27лет;

В) от 28 до 32 лет;

Г) от 33 до 35 лет.

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

А) с 1октября по 31 декабря;

Б) с 1 января по 31 марта;

В) с 1 апреля по 15 июля;

Г) в любые сроки.

51. Перечислите виды Вооруженных Сил Российской Федерации.

А)_

Б)_____

В)_____

52. Сколько патронов снаряжают в магазин АК-47

А) 25

Б) 30

В) 28

53. Как называются люди, находящиеся на военной службе?

А) гражданами

Б) военнообязанными

В) призывниками

Г) военнослужащими

54. Каким может быть решение комиссии по воинскому учёту для гражданина РФ по отношению к военной службе?

А) «А» - годен к военной службе; «Б» - годен к военной службе с незначительными ограничениями

Б) «А,Б» - не вполне годен к военной службе

В) «В»- ограниченно годен к военной к военной службе

Г) «Д» - не годен к военной службе

Ключи на тест

1 – В

2 - В

3-А

4- 1БГДЖ 2АВЕЗИК

5-БГЕ

6-Д

7-А Б В Д

8-Г

9-Б

10- А

11- Б

12-Г

13-В

14-А

15-А

16-В

17-Б

18-Б

19-Г

20- 1ГЖК 2АБВДЕЗИ

21-АГД

22-ВАД

23-ГБВА

24-В

25-В

26-Б

27-А

28-Б

29- компас, местные признаки, небесные светила, часы

30-В

31- Б

32- В

33- В

34- В

35- Б

36- Б

37- А

38- Б

39- В

40- А

41- Б

42- БВГ

43- БВГ

44- АГ

45- АВГ

46- БВГ

47- АВГ

48- В

49- Б

50- АВ

51- Сухопутные войска, ВВС, ВМФ

52-Б

53- Г

54- А

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.

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 организации самостоятельной работы обучающихся

Специальность 20.02.05 Организация оперативного (экстренного)
реагирования в чрезвычайных ситуациях

Екатеринбург
2021

Основы безопасности жизнедеятельности [Текст] : методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся. Специальность 20.02.05 Организация оперативного (экстренного) реагирования в чрезвычайных ситуациях / сост. П.Л. Шишкин, – Екатеринбург : ФГБОУ ВО «Уральский институт ГПС МЧС России», 2021. – 20 с.

Составитель:
Шишкин П .Л., преподаватель кафедры управления в кризисных ситуациях Уральского института ГПС МЧС России.

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначены для студентов, обучающихся по специальности 20.02.05 Организация оперативного (экстренного) реагирования в чрезвычайных ситуациях и составлены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 20.02.05 Организация оперативного (экстренного) реагирования в чрезвычайных ситуациях, согласно рабочей программе дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

Методические рекомендации рассмотрены и одобрены на заседании кафедры общеобразовательных дисциплин от 09.12.2021 г. протокол № 4.

© ФГБОУ ВО «Уральский институт ГПС МЧС России», 2021

СОДЕРЖАНИЕ

Введение 4

Структура дисциплины 5

Виды самостоятельной работы по темам дисциплины 5

Тема 1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, принципы ее построения и функционирования 4

Тема 2. Гражданская оборона, основы ее организации и ведения 5

Тема 3. Способы и средства защиты населения, материальных и культурных ценностей, территорий от опасностей, возникающих при ведении военных действий, а также при ЧС 5

Тема 4. Основы военной службы 5

Литература 20

Введение

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся предназначены для студентов, обучающихся по специальности 20.02.05 Организация оперативного (экстренного) реагирования в чрезвычайных ситуациях и составлены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 20.02.05 Организация оперативного (экстренного) реагирования в чрезвычайных ситуациях, согласно рабочей программе дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

Самостоятельная работа проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся;
- углубления и расширения теоретических знаний;
- формирования умений использовать справочную и дополнительную литературу;
- формирования самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации.

В учебном процессе выделяют два вида самостоятельной работы:

- аудиторная;
- внеаудиторная.

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на лекционных и практических занятиях под непосредственным руководством педагога и по его заданию.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется обучающимися по заданию педагога, но без его непосредственного участия.

В процессе самостоятельного изучения дисциплины обучающиеся должны усвоить не только теоретический материал, но и уметь применять его в практической деятельности.

Обучающемуся при самостоятельном изучении дисциплины следует:

1) внимательно изучить материалы, характеризующие курс и тематику самостоятельного изучения;

2) установить взаимосвязь изучаемых тем и вопросов с тематикой ранее изученных дисциплин;

3) составить список литературы, достаточный для изучения предлагаемых тем (при этом следует иметь в виду, что нужна литература различных видов: боевые уставы, учебные и учебно-методические пособия, справочная литература;

4) основное содержание того или иного вопроса следует уяснить, изучая учебную литературу, используя Интернет-ресурсы;

5) установить четкую взаимосвязь изучаемого теоретического материала с практической деятельностью (это предполагает наличие у

обучаемых не только знания теоретического материала, но и умения использовать его в качестве инструмента для выполнения практических задач (действий)).

Самостоятельное изучение материала каждой темы следует начинать с общих теоретических вопросов (термины и понятия, назначение, классификация) и завершать отработкой практических заданий, после чего осуществлять самоконтроль усвоения рассматриваемых вопросов.

Структура дисциплины

№ п/п	Наименование тем
1	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, принципы ее построения и функционирования
2	Гражданская оборона, основы ее организации и ведения
3	Способы и средства защиты населения, материальных и культурных ценностей, территорий от опасностей, возникающих при ведении военных действий, а также при ЧС
4	Основы военной службы
Итоговый контроль – диф.зачёт	

Виды самостоятельной работы по темам дисциплины

В данном разделе методических рекомендаций по темам курса дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» приведены типовые задания (задачи) для подготовки к практическим занятиям и контрольным мероприятиям.

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.

Тестовое задание к разделу –
Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

1. К чему приводят курение и злоупотребление алкоголем:
А - к психологической зависимости;
Б - к психической зависимости;
В - к физической зависимости
1) б, в 2) а 3) все

2. Какие средства массовой информации влияют на выбор образа жизни?
А - телевидение;
Б - журналы, газеты;
В - радио;
Г - рекламные проспекты;
1) а, в; 2) все; 3) б, г.

3. Кто способствовал широкому распространению табакокурения?
1) Магеллан; 2) Колумб; 3) Васко да Гама.

4. Кто способствовал распространению табакокурения в России?
1) Пётр 1; 2) Елизавета; 3) Екатерина 2.

5. Влияние никотина на кровеносные сосуды:
1) резко суживает мелкие артерии;
2) увеличивает проницаемость капилляров;
3) расширяет мелкие артерии и может вызвать кровотечения.

6. Наиболее частые заболевания, связанные с сосудосуживающим действием никотина:
А - инфаркт миокарда
Б - гангрена конечности
В - кровоточивость из носа и ушей
Г - расширение вен нижних конечностей
Д - гипотония
1) а, б; 2) в, г; 3) г, д.

7. Влияние курения на органы дыхания:
А - хроническое заболевание плевры;
Б - предрасположенность к туберкулёзу лёгких;
В - злокачественное перерождение тканей гортани и бронхов;
Г - предрасположенность к дифтерии
1) а, б; 2) б, в; 3) в, г.

8. Как влияет курение на органы пищеварения?

1) снижает аппетит, способствует развитию гастрита и язвы;

2) способствует возникновению аппендицита;

3) угнетает перестальтику желудка и кишечника, вызывает перерождение клеток печени;

9. Что такое пассивное курение?

1) когда курят, но мало;

2) вдыхание загрязнённого табачным дымом воздуха;

3) когда держишь во рту курительную трубку, не зажигая табак.

10. Влияние алкоголя на органы пищеварения:

1) способствует развитию гастрита, язвы, рака желудка;

2) резко угнетает функции поджелудочной железы;

3) способствует возникновению туберкулёза толстого кишечника.

11. Влияние алкоголя, никотина и наркотиков на обмен веществ:

1) угнетают обмен белков и углеводов;

2) «внедряются» в нормальный обмен и, оставаясь ядами, становятся необходимыми организму- возникает зависимость от них;

3) отравляют организм не вмешиваясь в обмен веществ.

12. Влияние алкоголя на зрение:

1) снижается острота зрения;

2) нарушается цветоощущение;

3) возможно воспаление зрительного нерва.

13. Влияние алкоголя и других наркотиков на вестибулярный аппарат:

1) угнетение функции нарушения равновесия;

2) разрастание эпителия внутри полукружных каналов;

3) нарушение слуха.

14. Какие существуют виды наркоманий:

А - опийная,

Б - героиновая,

В - кокаиновая,

Г - гашишная,

Д - обусловленная приёмом галлюциногенов,

Е - вызванная приёмом снотворных препаратов

1) все; 2) все, кроме –б; 3) а, б, в, г.

15. Каковы виды токсикоманий:

А - вызванные корректорами ЦНС;

Б - вдыхание паров органических растворителей и других средств бытовой химии;

В - связанные со злоупотреблением успокоительных и снотворных средств.

1) все; 2) б, в; 3) а, б.

16. Какой мировой опыт накоплен в борьбе с вредными привычками, связанными с употреблением алкоголя, табака, наркотиков:

А - законодательные и ограничительные меры в области торговли этими веществами;

Б - пропаганда ЗОЖ;

В - предупредительные в отношении здоровья меры.

1) а, б; 2) все; 3) а, в.

17. Влияние курения на половую систему:

1) нарушение функций матки;

2) повреждение тканей семенников и яичников;

3) повреждение митохондрий яйцеклеток.

18. Влияние алкоголя на половую систему:

1) нарушение функции семенных пузырьков;

2) повреждение генетического аппарата сперматозоидов и нарушение функций яичников;

3) повреждение структуры мошонки.

19. Факторы, повреждающие голосовые связки и нарушающие звукообразование:

А - курение и физические нагрузки;

Б - курение и спиртные напитки;

В - простудные и некоторые инфекционные заболевания;

Г - громкая речь;

Д - частое и глубокое дыхание.

1) все; 2) все, кроме –д; 3) б, в, г.

20. Когда проходит всемирный день борьбы с наркоманией?

1) 1 июня; 2) 26 июня; 3) 1 сентября.

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.

Тестовое задание к разделу -

Государственная система обеспечения безопасности населения

1. Территория, подвергшаяся заражению радиоактивными осадками:

1) радиоактивное заражение;

2) очаг радиоактивного заражения;

3) зона радиоактивного заражения.

2. К чему может привести радиационное облучение человека?

1) к появлению тошноты и рвоты;

2) к потере сознания и коме;

3) к лучевой болезни.

3. Защитное сооружение, в котором можно укрыть людей от высоких температур, продуктов горения, опасных химических веществ, проникающей радиации и радиоактивной пыли:

1) ПРУ;

2) убежище;

3) укрытие.

4. Система, осуществляющая государственную политику в области безопасности жизнедеятельности:

1) ГО;

2) РСЧС;
3) МВД.

5. Основными задачами РСЧС является:
А - предупреждения ЧС;
Б - снижение потерь и ущерба от ЧС;
В - восстановление народного хозяйства;
Г - ликвидация ЧС.
1) все; 2) а, б, г; 3) б, г.

6. Управляющим органом РСЧС является:
1) МЧС;
2) штаб ГО;
3) МВД.

7. Основными мероприятиями РСЧС по снижению потерь среди населения являются:
А - оповещение населения;
Б - защита населения;
В - обеспечение работы предприятий, направленной на функционирование систем жизнеобеспечения;
Г - ликвидация последствий ЧС;
Д - обучение населения действиям в ЧС.
1) все; 2) кроме –в; 3) а, б, д.

8. Область резкого сжатия среды, сферически распространяющаяся со сверх звуковой скоростью:
1) ЭМИ;
2) рентген;
3) ударная волна.

9. Поток лучистой энергии, продолжительностью 20 сек, вызывающий массовые пожары:
1) проникающая радиация;
2) световое излучение;
3) доза излучения.

10. Кратковременное электромагнитное поле, выводящее из строя радиоэлектронные приборы:
1) современное средство поражения;
2) ударная волна;
3) ЭМИ.

11. Ядовитое соединение, применяемое для снаряжения химических боеприпасов:

1) яд;
2) СДЯВ;
3) ОВ.

12. ОВ нарушающие функционирование НС, с появлением судорог и параличей:

1) общеядовитые;
2) удушающие;
3) нервно-паралитические.

13. Стойкие ОВ, поражающие кожу, глаза и слизистые гнойниками и язвами:

1) кожно-нарывные;
2) раздражающие;
3) общеядовитые.

14. Быстродействующие ОВ, летучие, вызывающие смерть из-за угнетения клеточного дыхания:

1) общеядовитые;
2) удушающие;
3) психотропные.

15. Летучие ОВ, вызывающие отёк лёгких:

1) нервно-паралитические;
2) раздражающие;
3) удушающие.

16. ОВ вызывающие кратковременную потерю боеспособности из-за болезненного раздражения слизистых и кожи:

1) кожно-нарывные;
2) общеядовитые;
3) раздражающие.

17. Территория, подвергшаяся непосредственному воздействию химического оружия, на которой произошло массовое поражение людей и животных:

1) очаг химического поражения;
2) зона заражения;
3) химический сектор.

18. Назовите боевые состояния ОВ:
А - пыль;
Б - дым;
В - аэрозоль;
Г - взвесь;
Д - туман;
Е - парообразное;
Ж - капельножидкое.
1) все; 2) все, кроме –г; 3) только –в, е, ж.

19. Какие газы относятся к нервно паралитическим:
А - зарин;
Б - иприт;
В - ви-икс;
Г - зоман;
Д - фосген.
1) в, д; 2) а, б, г; 3) а, в, г.

20. Укажите ОВ кожно-нарывного действия:
А - иприт;
Б - табун;
В - люизит;
Г - адамсит.
1) все; 2) б, г; 3) а, в.

21. Найдите общеядовитые ОВ:
А - би-зет;
Б - хлорциан;
В - синильная кислота;
Г - хлорпикрин.
1) а, б; 2) б, в; 3) в, г.

22. Укажите ОВ удушающего действия:
А-фосген;
Б-дифосген;
В-хлорацетофенон;
Г-иприт.
1) а, б; 2) б, в; 3) в, г.

23. К какой группе по тактической классификации относятся следующие ОВ: зарин, зоман, ви-икс, синильная кислота, хлорциан?
1) смертельные;
2) временно выводящие из строя.

24. Оружие, основанное на болезнетворных свойствах микроорганизмов:

1) биологическое;

2) массовое;

3) ядерное.

25. Одноклеточные микроорганизмы растительной природы, чувствительные к высоким температурам, солнечному свету, дезинфицирующих средств, вызывающие наиболее опасные заболевания у человека: чуму,

холеру, сибирскую язву.

1) микробы;

2) вирусы;

3) бактерии.

26. Группа микроорганизмов, способных жить и размножаться только в живых клетках, гибнущих от воздействия ультрафиолетовых лучей и высоких температур, вызывающих заболевания людей такими

болезнями, как натуральная оспа, жёлтая лихорадка и другие:

1) вирусы;

2) бактерии;

3) риккетсии.

27. Одно- или многоклеточные микроорганизмы растительного происхождения, вызывающие заболевания людей. Могут образовывать высоко устойчивые споры:

1) токсины;

2) грибки;

3) вирусы.

28. В каких положениях носится противогаз:

А - походное;

Б - стартовое;

В - наготове;

Г - боевое;

Д - рабочее;

Е - аварийное.

1) б, д, е; 2) а, в, г; 3) б, в, д.

29. При заражении какими веществами проводится немедленное обтирание кожи жидкостью из ИПП –8

1) ОВ;

2) радиоактивной пылью;

3) бактериальными средствами.

30. Назовите составные части противогаза:
А - шлем-маска;
Б - лицевая часть;
В - соединительная трубка;
Г - фильтрующая коробка;
Д – сумка.
1) б. г, д; 2) а, в, г; 3) все.

31. К какой части противогаза относятся очки и клапанная коробка?
1) к лицевой;
2) к шлем -маске;
3) к фильтрующей коробке.

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.

Тестовое задание к разделу –
Основы обороны государства и воинская обязанность

1. Кто осуществляет общее руководство Вооруженными Силами?
1. Президент РФ;
2. Государственная Дума РФ;
3. Министр Обороны.

2. Кто является Верховным Главнокомандующим Вооруженными Силами РФ?

1. Государственная Дума РФ;
2. Министр Обороны;
3. Президент РФ.

3. Кто издает приказы для исполнения вооруженными Силами РФ?
1. Министр Обороны;
2. Президент РФ;
3. Премьер-министр РФ.

4. Кто вводит на территории страны военное положение?
1. Государственная Дума РФ;
2. Президент РФ;
3. Премьер-министр РФ.

5. Кто присваивает высшие военные офицерские звания?
1. Президент РФ;
2. Министр Обороны;
3. Премьер-министр РФ.

8. Какие существуют функции Вооруженных Сил РФ?
1. Пресечение любого противоправного вооруженного насилия;
2. Пресечение любого противоправного вооруженного насилия, направленного против государственного суверенитета.
3. Пресечение любого противоправного вооруженного насилия, направленного против государственного суверенитета и конституционного строя, территориальной целостности страны, прав, свобод и законных интересов граждан России, общества и государства, объектов РФ на территории страны и за ее пределами, в том числе в Мировом океане и космическом пространстве, в соответствии с нормами международного права и законодательством Российской Федерации.

9. Что включает в себя понятие другие войска?
1. Пограничные войска Федеральной службы безопасности РФ,
2. Пограничные войска Федеральной службы безопасности РФ,
- внутренние войска Министерства внутренних дел РФ,
3. Пограничные войска Федеральной службы безопасности РФ,
- внутренние войска Министерства внутренних дел РФ,
- войска гражданской обороны Министерства РФ по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных действий (МЧС России).

10. Назначение пограничных войск?

1. Пограничные войска Федеральной службы безопасности РФ предназначены для обеспечения безопасности личности, общества и государства в сфере защиты и охраны Государственной границы РФ, охраны внутренних морских вод, территориального моря, исключительной экономической зоны, континентального шельфа РФ и их природных ресурсов;

2. Предназначены для обеспечения безопасности личности, общества;

3. Предназначены для обеспечения безопасности личности.

11. Назначение внутренних войск?

1. Предназначены для обеспечения безопасности личности;

2. Предназначены для обеспечения безопасности личности, общества и государства;

3. Предназначены для обеспечения безопасности личности, общества и государства, защиты прав и свобод граждан от преступных и иных противоправных посягательств.

12. Каково назначение войск гражданской обороны?

1. Предназначены для проведения мероприятий, связанных с гражданской обороной населения и территорий, предупреждением чрезвычайных ситуаций;

2. Предназначены для проведения мероприятий, связанных с гражданской обороной населения и территорий, предупреждением чрезвычайных ситуаций, в обучении населения способам защиты от опасностей, возникающих при ЧС и в результате военных действий;

3. Предназначены для проведения мероприятий от опасностей, возникающих при ЧС и в результате военных действий.

13. Участвуют ли другие войска в обороне государства?

1. Да;

2. Нет.

15. В чем состоит задача внутренних войск?

1. Разоружение незаконных формирований, соблюдение режима чрезвычайного положения, усиление охраны общественного порядка;

2. Соблюдение режима чрезвычайного положения, усиление охраны общественного порядка;

3. Предотвращение и пресечение вооруженных конфликтов, действий, направленных против целостности государства, разоружение

незаконных формирований, соблюдение режима чрезвычайного положения, усиление охраны общественного порядка.

16. Для чего предназначены войска гражданской обороны?

1. В обучении населения способам защиты от опасностей, возникающих при ЧС и в результате военных действий;

2. Предназначены для проведения мероприятий, связанных с гражданской обороной населения и территорий, предупреждением чрезвычайных ситуаций, в обучении населения способам защиты от опасностей, возникающих при ЧС и в результате военных действий;

3. Предназначены для проведения мероприятий, связанных с гражданской обороной.

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.

Тестовое задание к разделу –
Основы первой помощи

1. Какое повреждение характеризуется нарушением целостности кожных покровов, слизистых оболочек, а иногда и глубоких тканей, сопровождается болью, кровотечением и зиянием?

1) рана;
2) перелом;
3) пневмоторакс.

2. Раны, возникающие в результате пулевого или осколочного ранения:

1) рубленые;
2) резаные;
3) огнестрельные.

3.Раны имеющие узкую зону повреждения, ровные края, стенки раны сохраняют жизнеспособность и сильно

кровоточат:

1) колотые 2) укушенные 3) резаные

4.Какое кровотечение является самым опасным?
1) внутреннее;
2) артериальное;
3) венозное.

5.Какие суставы надо обездвижить при переломе предплечья?
1) лучезапястный и локтевой;
2) плечевой и локтевой;
3) суставы кисти и лучезапястный.

6.Какие суставы надо обездвижить при переломе плеча?
1) лучезапястный и локтевой;
2) локтевой и плечевой;
3) суставы кисти, локтевой и плечевой.

7.Какие суставы надо обездвижить при переломе бедра?
1) голеностопный;
2) голеностопный и коленный;
3)голеностопный, коленный и тазобедренный.

8.Доврачебная помощь при растяжении связок, вывихе и ушибе суставов:
1) тепло на место повреждения и наложить шины;
2) приём жаропонижающих средств;
3) холод на место повреждения и тугое бинтование.

9.Что такое шина, используемая при переломах?
1) отрезок автомобильной шины;
2) специальная проволочная решётка;
3) полоска мягкого металла.

10.На какой срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут зимой?
1) на 2 часа;
2) не более 1 часа;
3) время не ограниченно.

11.Нарушение целостности кости с образованием нескольких отломков:
1) ушиб;
2) вывих;
3) множественный перелом.

12.Какие из способов подходят для остановки артериального кровотечения:

а-фиксация при максимальном изгибе;

б-закрутка;

в-тугая повязка;

г-пальцевое прижатие;

д-жгут.

1) все; 2) все, кроме –в; 3) б, д.

13.Усиление артериального кровотечения при наложении жгута свидетельствует о том, что жгут наложен:

1) неправильно; 2) не по месту; 3) недостаточно туго.

14. Чем контролируется правильность наложения жгута?

1) цветом кожи на конечности;

2) цветом крови;

3) отсутствием пульса на периферическом сосуде.

15. Какое кровотечение останавливают давящей повязкой?

1) паренхемальное;

2) капиллярное;

3) венозное.

16. Признаки внутреннего кровотечения:

1) бледность, одышка, холодный пот, слабый пульс;

2) бледность, набухание вен на шее;

3) слабость, покраснение кожи лица, головная боль.

17. Признаки пищевого отравления:

1) тошнота, рвота, температура, боли в животе;

2) тошнота, понос, головная боль, насморк;

3) тошнота, рвота, кашель.

18. ПМП при попадании в глаз кислоты, щёлочи, других агрессивных жидкостей:

1) наложить повязку, надеть тёмные очки;

2) обильно промыть глаз водопроводной водой;

3) крепко сомкнуть веки и несколько минут спокойно полежать.

19. Признаки ожога 1 –2 степени:

А-покраснение кожи,

Б-боль,

В-появление пузырей,

Г-иссушение и растрескивание кожи.

1) все; 2) все, кроме –г; 3) а, б.

20.Первая помощь при ожогах кислотами:

1) поражённый участок немедленно протереть спиртом, смазать маслом, наложить стерильную повязку;

2) поражённый участок обработать спиртом, затем холодной водой, наложить примочки из содового раствора;

3) поражённый участок обмывать холодной водой 10 –15 мин, приложить примочки из содового раствора.

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 дисциплине.

Специальность 20.02.04 Пожарная безопасность / сост. П. Л. Шишкин, – Екатеринбург : ФГБОУ ВО «Уральский институт ГПС МЧС России», 2019. – 15 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», 2019. – 20 с. – Режим доступа: http://10.97.170.7