Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Краюшкина Марина Викторовна
Должность: Исполнительный директор
Дата подписания: 13.08.2026 14:33:34
Уникальный программный ключ:
b60019126a3f15cfd49eff4247dfc09aa2f09f7a

**Автономная некоммерческая организация профессионального образования**
**«Университетский колледж»**
**(АНО ПО «Университетский колледж»)**

УТВЕРЖДЕНО
Директор АНО ПО
«Университетский колледж»
_____ Краюшкина М.В.
«21» марта 2025

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебной дисциплины социально-гуманитарного цикла

# СГ.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

по специальности среднего профессионального образования

**38.02.07 Банковское дело**

(код, наименование специальности)

Москва, 2025

Рабочая программа учебной дисциплины составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 38.02.07 Банковское дело, утв. приказом Минобрнауки от 14 ноября 2023 г. № 856 утвержденного приказом Минпросвещения России от 15.12.2023 № 76429.

Организация-разработчик:

Автономная некоммерческая организация профессионального образования «Университетский колледж» (АНО ПО «Университетский колледж»)

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
2. **СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
3. **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
4. **КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
5. **ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙДИСЦИПЛИНЫ «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

## 1.1.Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности
38.02.07 Банковское дело, квалификация- специалист банковского дела.

Учебная дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» обеспечивает формирование общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС СПО специальности 38.02.07 Банковское дело. Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 08 ПК 1.1.

## 1.2 **Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:**

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваютсязнания и умения.

| **Код ПК, ОК** | **Умения** | **Знания** |
|---|---|---|
| ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 04<br>ОК 06<br>ОК 07<br>ОК 08<br>ПК 1.1 | − организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;<br>− предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;<br>− использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;<br>− применять первичные средства пожаротушения;<br>− действовать в | − основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности, быту в мирное и военное время;<br>− задачи и основные мероприятия гражданской обороны;<br>− способы защиты населения от оружия массового поражения;<br>− меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах в быту и профессиональной деятельности;<br>− нормы экологической безопасности приведении профессиональной деятельности;<br>− основы военной безопасности и обороны государства; |

| | | |
|---|---|---|
| | чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;<br>− соблюдать правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны;<br>− владеть общей физической и строевой подготовкой, навыками обязательной подготовки к военной службе;<br>− выполнять мероприятия доврачебной помощи пострадавшим;<br>− демонстрировать основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим | − организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;<br>− основы строевой, огневой и тактической подготовки;<br>− боевые традиции Вооруженных Сил России;<br>− характеристики поражений организма человека от воздействий опасных факторов;<br>− основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении;<br>− порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим |

# 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Очная форма

| **Вид учебной работы** | **Объем часов** |
|---|---|
| **Объем образовательной программы учебной дисциплины** | 68 |
| в том числе: | |
| теоретическое обучение | 34 |
| практические занятия | 34 |
| Самостоятельная работа | - |
| Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета во 2 семестре | *ДЗ* |

## 2.1Тематический план и содержание учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

| Наименование разделов и тем | Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся | Объем часов |
|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 |
| **РАЗДЕЛ 1.** | **БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И В БЫТУ** | |
| **Тема 1.1 Потенциальные опасности и их последствия в профессиональной деятельностии в быту** | **Содержание учебного материала** | 2 |
| | Основные виды потенциальных опасностей.<br>Последствия потенциальных опасностей в профессиональной деятельности и в быту. Принципы снижения вероятности реализации потенциальных опасностей в производственнойсреде и быту.<br>Защита от опасностей производственной и бытовой среды.<br>Правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности, пути обеспечения ресурсосбережения. | |
| | **В том числе, практических занятий:**<br>**Практическое занятие1.** Профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту. | 2 |
| **Тема 1.2 Пожарная безопасность** | **Содержание учебного материала** | |
| | Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах.Первичные средства пожаротушения, правила их применения.<br>Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. | - |
| | **В том числе, практических занятий:**<br>**Практическое занятие2**. Применение первичных средств пожаротушения | 2 |
| | **В том числе, самостоятельной работы:**<br>Изучение основных способов пожаротушения, типов огнетушителей и принципов их работы. | 2 |
| **РАЗДЕЛ 2.** | **БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ** | |
| **Тема 2.1 Чрезвычайные ситуации мирного и военного** | **Содержание учебного материала** | 2 |
| | Основные понятия и классификация чрезвычайных ситуаций<br>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, правила безопасного поведения.<br>Чрезвычайные ситуации биолого-социального характера, правила безопасного поведения.<br>Чрезвычайные ситуации военного времени; виды оружия массового поражения и способы | |

| | | |
|---|---|---|
| **времени** | защиты населения от оружия массового поражения. | |
| | **В том числе, практических занятий:**<br>**Практическое занятие3**. Изучение и отработка моделей поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера. | 2 |
| **Тема 2.2 Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций** | **Содержание учебного материала** | |
| | Принципы и способы защита населения в чрезвычайных ситуациях.Средства индивидуальной защиты.<br>Средства коллективной защиты.<br>Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики в чрезвычайных ситуациях.<br>Прогнозирование развития событий и оценка последствий при техногенных чрезвычайныхситуациях и стихийных явлениях.<br>Противодействие терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России.<br>Гражданская оборона: задачи и основные мероприятия. | 2 |
| | **В том числе, практических занятий:** | |
| | **Практическое занятие4**. Организация и проведение мероприятий по защите работающих и населения от негативных воздействий . | 2 |
| | чрезвычайных ситуаций.<br>**Практическое занятие5.** Использование средств индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения. | 2 |
| | **В том числе, самостоятельной работы:**<br>изучение основных задач Единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС,уровней и режимов ее функционирования; изучение основных положений Федерального закона «О защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», постановления Правительства РФ «О мерах противодействия терроризму». | 2 |
| **РАЗДЕЛ 3.** | **ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ (ДЛЯ ЮНОШЕЙ)** | |
| | **Содержание учебного материала** | |

| | | |
|---|---|---|
| **Тема 3.1 Основы обороны государства** | Основы обороны государства.<br>Национальные интересы и национальная безопасность Российской федерации.Военная безопасность и принципы ее обеспечения .<br>Правовое регулирование в области обороны государства. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.<br>Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих навооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО. | 2 |
| | **В том числе, самостоятельной работы:**<br>изучение истории создания вооруженных сил РФ, задач, стоящих перед различными видами и родами войск Вооруженных сил РФ. | 2 |
| **Тема 3.2 Основы военной службы** | **Содержание учебного материала** | 2 |
| | Правовые основы военной службы Основные понятия о воинской обязанности.<br>Воинский учет, обязательная и добровольная подготовка к военной службе.Организация медицинского освидетельствования.<br>Организация и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее вдобровольном порядке.<br>Боевые традиции Вооруженных сил РФ.<br>Качества личности военнослужащего как защитника Отечества.<br>Область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы. | |

| | |
|---|---|
| | **В том числе, практических занятий:** |
| | **Практическое занятие** 6. Прохождение военной службы по призыву. |
| | **Практическое занятие** 7. Прохождение военной службы по контракту. |
| | **Практическое занятие** 8. Права и обязанности военнослужащих. |
| | **Практическое занятие** 9. Общевоинские уставы Вооруженных сил Российс |
| | **Практическое занятие** 10. Военная присяга. |
| | **Практическое занятие** 11. Автомат Калашникова: назначение, боевые разборки и сборки. |
| | **Практическое занятие** 12. Воинская дисциплина и ответственность. |
| | **Практическое занятие** 13. Ритуалы Вооруженных сил РФ. Символы воинск |
| | **Практическое занятие** 14. Альтернативная гражданская служба. |
| | **Практическое занятие** 15. Патриотическое воспитание. |
| | **Практическое занятие** 16. Перечень военно-учетных специальностей и них родственных получаемой специальности. |
| | **Практическое занятие** 17. Область применения профессиональных знаний обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии специальностью. |
| | **Практическое занятие** 18. Способы бесконфликтного общения и повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы. (ОК |
| | **В том числе, самостоятельной работы:**<br>Подготовка сообщения-размышления на тему: «Защита Отечества явля обязанностью гражданина РФ. В чем заключается различие между долгом и<br>Изучение оснований, предусмотренных Федеральным законом «О воинской военной службе», для освобождения от призыва или предоставления отсрочк<br>Составление сравнительной таблицы порядка и условий прохождения вое призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражд<br>Подготовка доклада на тему: «Актуальность символов воинской чести в «Роль памятников и монументов, воздвигнутых в честь защитников Отечес из дней воинской славы. |
| **Промежуточная аттестация** | |
| **Всего (для юношей):** | |
| **РАЗДЕЛ 4.** | **ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ДЕВУШЕК)** |
| **Тема 4.1 Порядок и правила оказания первой медицинской помощи** | **Содержание учебного материала** |
| | Правовые основы оказания первой медицинской помощи.<br>Здоровье физическое и духовное, их взаимосвязь и влияние на жизнедеятель<br>Факторы, формирующие здоровье, и факторы, разрушающие здоровье.<br>Основы анатомии и физиологи.<br>Неотложные состояния и первая медицинская помощь при них.<br>Основы лекарственной терапии<br>Травматизм и его профилактика, травматический шок. Порядок оказания пе помощи при травматическом шоке.<br>Закрытые повреждения.<br>Транспортная иммобилизация<br>Открытые повреждения. Общие сведения о ранах, осложнения ран, спосо кровотечения и обработки ран.<br>Основы ухода за младенцем. |
| | **В том числе, практических занятий:** |
| | **Практическое занятие** 6. Оказание первой медицинской помощи при крово |
| | **Практическое занятие** 7. Оказание первой медицинской помощи при у вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания. |

| | |
|---|---|
| | **Практическое занятие** 8. Оказание первой медицинской помощи при ожог |
| | **Практическое занятие** 9. Оказание первой медицинской помощи электрическим током. |
| | **Практическое занятие** 10. Оказание первой медицинской помощи при уто |
| | **Практическое занятие** 11. Оказание первой медицинской помощи п переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании. |
| | **Практическое занятие** 12. Оказание первой медицинской помощи при отра |
| | **Практическое занятие** 13. Оказание первой медицинской помощи при клин |
| | **Практическое занятие** 14. Оказание первой медицинской помощи при двигательного аппарата. |
| | **Практическое занятие** 15. Оказание первой медицинской помощи при поп тел в дыхательные пути. |
| | **Практическое занятие** 16. Реанимационные мероприятия с использованием (типа «Гоша»). |
| | **Практическое занятие** 17. Порядок наложения повязки при ранениях г верхних и нижних конечностей. |
| | **Практическое занятие** 18. Оказание первой медицинской помощи при недостаточности. |
| | **В том числе, самостоятельной работы:**<br>Изучение особенностей анатомического и физиологического строения разл групп; перечня состояний, при которых оказывается первая меди гигиенических основ рационального питания.<br>Составить таблицу «Классификация инфекционных заболеваний», сравните типам и признакам утоплений; суточный рацион (меню-раскладка) с учет ценности продуктов питания студента.<br>Изучить и освоить основные способы выполнения искусственного дыхания.<br>Отработать алгоритм действий по измерению артериального давления измерить АД и сделать сравнительную запись<br>Освоить технологию наложения повязок по типу «Чепец» и «Уздечка». |
| | Подготовить сообщения на тему: «Беременность и гигиена беременности»; « питание беременной женщины»; « Счастливая семья»; «В чем заключается медицинской помощи». |
| **Промежуточная аттестация** | |
| **Всего** | |
| | |

## 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Кабинет безопасности жизнедеятельности:
- рабочее место преподавателя - 1шт.;
- столы ученические - 15 шт.;
- стулья ученические - 30 шт.;
- маркерная доска - 1 шт.;
- компьютер - 1 шт.;
- проектор - 1 шт.;
- доска для проектора - 1 шт.;
- наглядные пособия - 30 шт.;
- комплекты учебно-методической документации
по дисциплине - 30 шт.;
- шкаф для хранения учебных материалов - 2 шт.
- противогаз - 1 шт.;
- подсумок брезентовый для противогаза -1 шт.;
- фильтр большой - 1 шт.;
- фильтр маленький - 1 шт.;
- компас-азимут - 1 шт.;
- макет гранаты Ф-1 - 1 шт.;
- тренажер-манекен взрослого пострадавшего для отработки приемов сердечно-легочной реанимации Александр-02 (голова, торс) -1 шт.;
- аптечка первой помощи - 1 шт.;
- методическое пособие по сердечно-легочной
реанимации - 1 шт.;
- электронный тир: БП Интерактивный ТИР ЭЛЕКТРОН (бессрочная лицензия):
- пистолет электронный ELT ПМ (видимый луч) - 1 шт.;
- камера для тира ELT CAMERA - 1 шт.;
- bluetooth клавиатура с тачпадом - 1 шт.;
- сборник упражнений и игр UNDER FIRE (12 сюжетов) - 1 шт.

### 3.2 Информационное обеспечение обучения

**Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

**Нормативно-правовые документы**

1. Конституция Российской Федерации.

2. Федеральные законы «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 61-ФЗ и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. - М., 1993—2007.

3. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации

4. Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).

**Основная литература:**

1. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / И. П. Левчук, А. А. Бурлаков. - 2-е изд. , перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 160 с. - ISBN 978-5-9704-5756-6. - Текст : электронный // URL : http://www.medcollegelib.ru/book/ISBN9785970457566.html

2. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 413 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-19943-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. с. 1 — URL: https://urait.ru/bcode/557358/p.1 (дата обращения: 14.10.2024).

3. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) : учебник для среднего профессионального образования / С. В. Белов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 638 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16455-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. с. 1 — URL: https://urait.ru/bcode/544897/p.1 (дата обращения: 14.10.2024).

**Дополнительная литература:**

1.Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 413 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-19943-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. с. 1 — URL: https://urait.ru/bcode/557358/p.1 (дата обращения: 02.10.2024).

2.Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 634 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20029-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/557478 (дата обращения: 02.10.2024).

3.Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 413 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-19943-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:

https://urait.ru/bcode/557358 (дата обращения: 02.10.2024).

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

| Результаты обучения | Критерии оценки | Методы оценки |
|---|---|---|
| **знания** | | |
| боевые традиции Вооруженных Сил России;<br>задачи и основные мероприятия гражданской обороны;<br>меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах в быту и профессиональной деятельности;<br>организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;<br>основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении;<br>основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности, быту в мирное и военное время;<br>основы военной безопасности и обороны государства;<br>основы строевой, огневой и тактической подготовки;<br>порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим;<br>способы защиты населения от оружия массового поражения;<br>характеристики поражений организма человека от воздействий опасных факторов | демонстрирует определения понятий, владение методами безопасного поведения в условиях ЧС и техногенных катастроф, определяет потенциальные опасности и их последствия в быту и в профессиональной деятельности;<br>осуществляет выбор способов защиты населения;<br>описывает основные виды вооружения, организацию призыва на военную службу, области использования профессиональных знаний при исполнении обязанностей ВС;<br>проводит обоснованный выбор алгоритма оказания первой помощи пострадавшим | **Текущий контроль:**<br>- оценка выполнения практических работ;<br>- устный/ фронтальный/ письменный опрос;<br>- тестирование<br>**Промежуточная аттестация:**<br>дифференцированный зачет |
| **умения** | | |
| владеть общей физической и строевой подготовкой, навыками обязательной подготовки к военной службе;<br>выполнять мероприятия доврачебной помощи пострадавшим;<br>действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;<br>демонстрировать основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим;<br>использовать на рабочем месте средства индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС;<br>организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;<br>предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в | применяет меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;<br>выбирает СИЗ от оружия массового поражения;<br>предлагает алгоритмы оказания первой помощи пострадавшим. | **Текущий контроль:**<br>- оценка выполнения практических работ;<br>- оценка выполнения манипуляций;<br>- устный/ фронтальный/ письменный опрос;<br>тестирование;<br>- оценка решения задач<br>**Промежуточная аттестация:**<br>дифференцированный зачет |

| | | |
|---|---|---|
| профессиональной деятельности и быту;<br>применять первичные средства пожаротушения;<br>соблюдать правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны | | |

## Образовательные технологии

При изучении дисциплины применяются следующие образовательные и интерактивные технологии:

- технология адаптивного обучения;
- технология информационно-коммуникационного обучения;
- технология проектного обучения.
- лекция-визуализация
- лекция с применением технологий проблемного обучения
- лекция-диалог
- встречи со специалистами соответствующего профиля и т.п.
- организация тематических мероприятий, экскурсий и т.п.
- решение конкретных профессиональных ситуаций

## Тестовые вопросы для проведения текущего контроля по дисциплине

**1. Безопасность – это?**

А) состояние деятельности, при которой с определённой имоверностью исключается проявление опасности+

Б) разносторонний процесс создания человеческим условием для своего существования и развития

В) сложный биологический процесс, который происходит в организме человека и позволяет сохранить здоровье и работоспособность

Г) центральное понятие БЖД, которое объединяет явления, процессы, объекты, способные в определённых условиях принести убытие здоровью человека

**2. Как называется процесс создания человеком условий для своего существования и развития?**

А) опасность

Б) жизнедеятельность

В) безопасность

Г) деятельность+

**3. Какие опасности относятся к техногенным?**

А) наводнение

Б) производственные аварии в больших масштабах+
В) загрязнение воздуха
Г) природные катаклизмы

**4. Какие опасности классифицируются по происхождению?**

А) антропогенные+
Б) импульсивные
В) кумулятивные
Г) биологические

**5. По времени действия негативные последствия опасности бывают?**

А) смешанные
Б) импульсивные+
В) техногенные
Г) экологические

**6. К экономическим опасностям относятся?**

А) природные катаклизмы
Б) наводнения
В) производственные аварии
Г) загрязнение среды обитания+

**7. Опасности, которые классифицируются согласно стандартам:**

А) биологические+
Б) природные
В) антропогенные
Г) экономические

**8. Состояние, при котором потоки соответствуют оптимальным условиям взаимодействия – это?**

А) опасное состояние
Б) допустимое состояние
В) чрезвычайно – опасное состояние
Г) комфортное состояние+

**9. Сколько аксиом науки БЖД вы знаете?**

А) 10
Б) 5
В) 7+
Г) 4

**10. Состояние, при котором потоки за короткий период времени могут нанести травму, привести к летальному исходу?**

А) опасное состояние
Б) чрезвычайно опасное состояние+
В) комфортное состояние

Г) допустимое состояние

**11. В скольких %-ах причин аварии присутствует риск в действии или бездействии на производстве?**

А) 70%

Б) 50%

В) 90%+

Г) 100%

**12. Какое желаемое состояние объектов защиты?**

А) безопасное+

Б) допустимое

В) комфортное

Г) опасное

**13. Низкий уровень риска, который не влияет на экологические или другие показатели государства, отросли, предприятия – это?**

А) индивидуальный риск

Б) социальный риск

В) допустимый риск+

Г) безопасность

**14. Гомеостаз обеспечивается:**

А) гормональными механизмами

Б) нейрогуморальными механизмами

В) барьерными и выделительными механизмами

Г) всеми механизмами перечисленными выше+

**15. Анализаторы – это?**

А) подсистемы ЦНС, которые обеспечивают в получении и первичный анализ информационных сигналов+

Б) совместимость сложных приспособительных реакций живого организма, направленных на устранение действия факторов внешней и внутренней среды, нарушающих относительное динамическое постоянство внутренней среды организма

В) совместимость факторов способных оказывать прямое или косвенное воздействие на деятельность человека

Г) величина функциональных возможностей человека

**16. К наружным анализаторам относятся:**

А) зрение+

Б) давление

В) специальные анализаторы

Г) слуховые анализаторы+

**17. К внутренним анализаторам относятся:**

А) специальные+
Б) обонятельные
В) болевой
Г) зрение

**18. Рецептор специальных анализаторов:**

А) кожа
Б) нос
В) мышцы
Г) внутренние органы+

**19. Рецепторы анализатора давления:**

А) внутренние органы
Б) кожа
В) мышцы+
Г) нос

**20. Сколько функций реализуется в анализаторе зрения?**

А) 2
Б) 3+
В) 5
Г) 4

**21. Контрастная чувствительность – это функция анализатора:**

А) слухового
Б) специального
В) зрения+
Г) температурного

**22. При помощи слухового анализатора человек воспринимает:**

А) до 20% информации
Б) до 10% информации+
В) до 50% информации
Г) до 30% информации

**23. Способность быть готовым к восприятию информации в любое время – это особенность:**

А) анализатора зрения
Б) анализатора обоняния
В) болевого анализатора
Г) анализатора слуха+

**24. Возможность воспринимать форму, размер и яркость рассматриваемого предмета свойственна:**

А) специальному анализатору
Б) анализатору зрения+
В) анализатору слуха

Г) анализатору обонянию

**25. Анализатор обоняния предназначен:**

А) для восприятия человеком любых запахов+

Б) для способности устанавливать места нахождения источника звука

В) способность быть готовым к восприятию информации в любое время

Г) контрастная чувствительность

**26. Сколько видов элементарных вкусовых ощущений выделяется:**

А) 3

Б) 4+

В) 2

Г) 1

**27. Сколько групп реализует психическая деятельность человека?**

А) 3+

Б) 4

В) 2

Г) 1

**28. Что относиться к психическому раздражению?**

А) рассеянность, резкость, воображение

Б) грубость, мышление, резкость

В) мышление, грубость, воображение

Г) рассеянность, резкость, грубость+

**29. К психическим процессам относятся:**

А) память и воображение, моральные качества

Б) характер, темперамент, память

В) память, воображение, мышление+

Г) резкость, грубость, рассеянность

**30. К психическим свойствам личности относятся:**

А) характер, темперамент, моральные качества+

Б) память, воображение, мышление

В) рассеянность, резкость, грубость

Г) характер, память, мышление

**31. Оружие, предназначенное для поражения цели на расстоянии снарядом, получающим** направленное движение за счет энергии сжатого, сжиженного или отвержденного газа:

а) огнестрельное

б) пневматическое +

в) газовое

**32. Линия прицеливания — прямая, проходящая от глаза стрелка через середину прорези прицела** (на уровне верхнего края целика) и вершину мушки в точку прицеливания, так ли это:

а) нет
б) отчасти
в) да +

## Вопросы к дифференцированному зачету

1. Определение ЧС.
2. Какие виды ЧС относятся к бесконфликтным ЧС?
3. В Чем различие терминов «авария» и «катастрофа»?
4. По каким критериям определяется категория пожарной опасности зданий и помещений?
5. В результате каких чрезвычайных событий происходит радиоактивное заражение территории?
6. Какие показатели используются для характеристики ионизирующих излучений и действия на людей при возникновении ЧС, связанных с радиоактивным загрязнением территории?
7. Какие частицы или лучи обладают наибольшей проникающей способностью при ЧС с радиоактивным заражением территории?
8. Что называется предельно допустимой дозой облучения? Какие ПДД нормируются для населения?
9. Дайте характеристику и классификацию ХОВ, применяемых в различных отраслях экономики.
10. Что называется токсодозой? Какие токсодозы вы знаете?
11. Виды ЧС природного характера.
12. В чем отличия между такими явлениями, как цунами от торнадо?
13. Какой вид наводнения характерен для прибрежных районов, где крупные реки впадают в море?
14. Виды оружия массового поражения.
15. Что представляет собой терроризм?
16. Что понимается под устойчивостью предприятия в условиях ЧС?
17. Какие факторы следует рассматривать при оценке устойчивости предприятий в ЧС?
18. Какие мероприятия (по времени их проведения) должны быть включены в планграфик повышения устойчивости предприятия в условиях ЧС?
19. Назовите общие принципы, на которых основана деятельность структур РСЧС по защите населения от негативных факторов ЧС.
20. По каким направлениям осуществляется функционирование РСЧС?
21. Какова структура РСЧС?
22. Какова структура ГО РФ?
23. Перечислите функции и задачи ГО.

24. Назовите принцип на которых осуществляется формирование Вооруженных Сил РФ.
25. Какую структуру имеют сегодня ВС РФ?
26. Дайте характеристику видов и родов войск ВС РФ.
27. Дайте характеристику структуры и состава Сухопутных войск ВС РФ.
28. Дайте характеристику структуры и состава Военно-Морского Флота ВС РФ.
29. Дайте характеристику структуры управления Вооруженными Силами РФ.
30. В чем заключается сущность реформы ВС РФ, проходящей в настоящее время?
31. В чем заключается сущность воинской обязанности?
32. Как осуществляется комплектование личным составом ВС РФ в настоящее время?
33. Как осуществляется воинский учет в РФ?
34. Что представляет собой первоначальная постановка граждан на воинский учет?
35. Как осуществляется медицинское освидетельствование и обследование граждан при постановке их на воинский учет и при призыве на военную службу?

## Практические задания

1. Вы включили электрический чайник с металлическим корпусом в двухполюсную розетку без защитных контактов для зануления, дотронулись до его корпуса, и вас «ударило» электрическим током. При смене контактов вилки в розетке местами (если перевернуть вилку в розетке) воздействие тока на человека при прикосновении к корпусу чайника не ощущается. Нарисовав электричекую схему, объясните, какая неисправность имеется в чайнике, и почему так происходит? Считайте, что чайник подключён к сети с заземлённой нейтралью (система TN-C).

2. Вы используете электротехническое изделие класса 1 защиты от поражения электрическим током с рабочим напряжением 220 В. Рассчитайте параметры основной защиты, исходя из нормативных требований электробезопасности (допустимого напряжения прикосновения и тока, протекающего через тело человека).

3. Для новой квартиры её хозяева приобрели электрическую печь. В качестве дополнительной защиты в сети с глухозаземлённой нейтралью напряжением 220 В они поставили устройство защитного отключения на

дифференциальный ток 100 мА. Во время разогрева пищи в духовке отказала основная защита и поэтому дополнительная защита сработала, отключив питание на печь. Используя закон Ома, рассчитайте параметры ненадёжной основной защиты.

4. Завод приобрел 100 радиотелефонов мощностью по 4 Вт и частотой 900 МГц. Определите безопасное расстояние до головы пользователя, исходя из принятых норм для производственной деятельности (время пользования в течение рабочей смены не более 1 ч), считая, что источник ЭМП ненаправленный.

5. На крыше жилого здания установлена радиопередающая антенна. Частота излучения составляет 450 МГц. Мощность излучения P = 100 Вт. Источник излучения ненаправленный (точечный). Высота самой антенны 3 м. Рассчитав плотность потока мощности, определите, вредно ли жить на последнем этаже такого здания, если высота этажа составляет 2,5 м (чердак отсутствует), а перекрытие крыши ослабляет мощность излучения сигнала в три раза.

6. Вы работаете на ЭВМ в офисе, имеющем размеры 4×5 м 2 . Высота помещения составляет 3 м. Для общего освещения используются четыре потолочных светильника по четыре трубчатые люминесцентные лампы, каждая мощностью 18 Вт. Светоотдача ламп составляет 47 лм/Вт. Расчётным путём определите освещённость на рабочем месте, если стены и потолок имеют коэффициенты отражения светового потока 0,85, а пол – 0,3. Оцените, соответствует ли освещение нормативным требованиям?

7. Вы занимаетесь программированием. В вашем рабочем помещении установили три принтера, уровень звука каждого из которых по паспортным данным составляет 45 дБА. Определите возможный уровень звука, создаваемый одновременно работающими принтерами. Сравните его с нормой.

8. Вы провели рабочий день сначала на своём рабочем месте, где эквивалентный уровень звука в течение 4 ч составил 40 дБА, а затем пошли в шумный цех и оставшиеся 4 ч находились там при эквивалентном уровне звука 90 дБА. Найдите дозу шума и сравните с предельно допустимым значением.

9. В свободном звуковом поле находится точечный источник шума. На расстоянии 10 м от него измеренный уровень звука составляет 56 дБА. Какой уровень звука будет на расстоянии 20 м от него?

10. Каковы верхняя и нижняя граничные частоты октавных полос со следующими среднегеометрическими частотами: 63, 125, 250. 500, 1000, 2000, 4000. 8000, 16 000, 32 000, 64 000, 128 000 Гц?

11. Определите дневную дозу шума для персонала, обслуживающего

насос, излучающий постоянный шум 88 дБА. Допустимое значение 80 дБА.

12. Рассчитайте критическую частоту алюминиевой пластины толщиной 0,42 м; деревянной пластины толщиной 0,3 м.

13. Определите класс условий труда, если шум на рабочем месте превышает нормативные требования по эквивалентному уровню звука на 4 дБА, а освещённость составляет 60 % от нормируемой освещённости. Остальные факторы находятся в пределах установленных нормативов.

14. Оцените травмоопасность рабочего места, если работа проводится на устаревшем оборудовании, но это не запрещено специальными требованиями безопасности на данное оборудование; выявлены повреждения и неисправности средств защиты, не снижающие их защитных функций.

15. Произведите расстановку максимального количества рабочих мест с ПЭВМ с ЖК-мониторами в помещении, имеющем следующие размеры: длина – 6 м, ширина – 6 м. Два окна по одной стороне выходят на север. Дверь – в середине противоположной стороны. Проект должен соответствовать требованиям СанПиН.

16. Произведите расстановку максимального количества рабочих мест с электронными вычислительными машинами в помещении, имеющем следующие размеры: длина – 6 м, ширина – 5 м. Одно окно по широкой стороне помещения выходит на запад. Дверь – в середине противоположной стороны. Проект должен соответствовать требованиям СанПиН.

17. Покупая ЭВМ и программное обеспечение к нему, а также организуя рабочее место, предусмотрите, чтобы они исключили воздействие всех шести видов вредных психофизиологических факторов. По каждому фактору покажите, что для этого сделано.

18. Организуйте эргономически правильное рабочее место программиста с проектом размещения ЭВМ и периферийного оборудования, основной и дополнительной систем освещения.

19. При замыкании фазы на землю в этом месте возникает нагрев окружающих горючих материалов. Определите вероятность возникновения пожара, если известно, что он может произойти при рассеиваемой мощности 30 Вт. При расчёте принять, что замыкание произошло в сети с глухозаземлённой нейтралью, имеющей фазное напряжение 220 В, сопротивление рабочего заземления 4 Ом, а сопротивление в месте замыкания равно 100 Ом.

20. Где и какое время должен храниться акт о несчастном случае, произошедшим с работником, если он через год после этого уволился и перешёл на другую работу или же предприятие обанкротилось?

## Задания для самостоятельной работы

Темы рефератов (докладов, презентаций)

1. БЖД как наука. Цели, задачи, предмет изучения. Актуальность проблем БЖД.
2. Роль науки и образования в обеспечении БЖД.
3. Значение курса БЖД в подготовке специалистов.
4. Понятие "чрезвычайная ситуация".
5. Отличительные черты понятий "опасная ситуация" и "экстремальная ситуация".
6. Различие терминов "авария", "катастрофа" и "стихийное бедствие".
7. Основные признаки ЧС.
8. Классификация чрезвычайных ситуаций.
9. Причины и профилактика ЧС. Понятие риска для жизни.
10. Основные группы ЧС природного характера.
11. Общие закономерности природных ЧС.
12. Основные группы антисейсмических мероприятий.
13. Противолавинные профилактические мероприятия.
14. Факторы вызывающие оползни и сели.
15. Основные группы ЧС гидрологического характера.
16. Основные ЧС метеорологического характера.
17. Признаки, по которым классифицируются природные пожары.
18. Средства тушения пожаров и их применение.
19. Действия педагога во время стихийных бедствий.
20. Группы ЧС техногенного происхождения?
21. Характеристика аварий на радиационно-опасных объектах.
22. Радиация, её разновидности, источники радиационной опасности.
23. Пути проникновения излучения в организм человека и механизм действия ионизирующего излучения.
24. Лучевая болезнь.
25. Допустимые дозы облучения.
26. Защита от облучения при радиационной аварии.
27. Характеристика аварий на химически опасных объектах.
28. Характеристика химических веществ по степени их опасности.
29. Характеристика аварий на пожаро – и взрывоопасных объектах и особенности их воздействия на население и окружающую среду.
30. Действие педагога во время аварий и катастроф.

**Критерии оценивания заданий**

5 «отлично» - глубоко и прочно усвоен весь программный материал; последовательно и точно построена речь; отсутствуют затруднения с ответами на дополнительные или уточняющие вопросы;

4 «хорошо» - усвоен весь программный материал; в речи имеются незначительные неточности; правильно применены теоретические знания; на большинство дополнительных или уточняющих вопросов дан ответ;

3 «удовлетворительно» - усвоена основная часть программного материала; речь не содержит «деталей»; недостаточно-правильные формулировки; на большинство дополнительных или уточняющих вопросов испытываются затруднения в ответе;

2 «неудовлетворительно» - не усвоена значительная часть программного материала; ответ содержит существенные ошибки.

## 5. ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

В случае обучения в колледже лиц с ограниченными возможностями здоровья учитываются особенности психофизического развития, индивидуальные возможности и состояние здоровья таких обучающихся.

Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах.

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Обучение инвалидов осуществляется также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии).

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху возможно предоставление учебной информации в визуальной форме (краткий конспект лекций; тексты заданий). На аудиторных занятиях допускается присутствие ассистента, а также сурдопереводчиков и (или) тифлосурдопереводчиков. Текущий контроль успеваемости осуществляется в письменной форме: обучающийся письменно отвечает на вопросы, письменно выполняет практические задания. Доклад (реферат) также может быть представлен в письменной форме, при этом требования к содержанию остаются теми же, а требования к качеству изложения материала (понятность, качество речи, взаимодействие с аудиторией и т. д.) заменяются на соответствующие требования, предъявляемые к письменным работам (качество оформления текста и списка литературы, грамотность, наличие иллюстрационных

материалов и т.д.). Промежуточная аттестация для лиц с нарушениями слуха проводится в письменной форме, при этом используются общие критерии оценивания. При необходимости время подготовки к ответу может быть увеличено.

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению университетом обеспечивается выпуск и использование на учебных занятиях альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт или аудиофайлы) а также обеспечивает обучающихся надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации (диктофонов и т.д.). Допускается присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую техническую помощь. Текущий контроль успеваемости осуществляется в устной форме. При проведении промежуточной аттестации для лиц с нарушением зрения тестирование может быть заменено на устное собеседование по вопросам.

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата материально-технические условия университета обеспечивают возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, а также пребывания в них (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов, лифтов; наличие специальных кресел и других приспособлений).

На аудиторных занятиях, а также при проведении процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации лицам с ограниченными возможностями здоровья, имеющим нарушения опорно-двигательного аппарата могут быть предоставлены необходимые технические средства (персональный компьютер, ноутбук или другой гаджет); допускается присутствие ассистента (ассистентов), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь (занять рабочее место, передвигаться по аудитории, прочитать задание, оформить ответ, общаться с преподавателем).