


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Мелешко Людмила Анатольевна
Должность: Заместитель директора по учебной работе
Дата подписания: 21.11.2022 16:57
Уникальный программный ключ:
7f8c45cd3b5599e575ef49afdc475b4579d2cf61

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"Дальневосточный государственный университет путей сообщения"
(ДВГУПС)

Приморский институт железнодорожного транспорта - филиал федерального государственного
бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Дальневосточный
государственный университет путей сообщения» в г. Уссурийске
(ПримИЖТ - филиал ДВГУПС в г. Уссурийске)

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по УР

 Л.А. Мелешко

01.06.2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины **БД.6 Основы безопасности жизнедеятельности**
(МДК, ПМ)

для специальности Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство

Составитель(и): преподаватель, Мещеряков И.В.

Обсуждена на заседании ПЦК: ПримИЖТ - общепрофессиональных дисциплин

Протокол от 20.05.2022г. №5

Председатель ПЦК

Тройкина И.Н.

Рабочая программа дисциплины (МДК, ПМ) БД.6 Основы безопасности жизнедеятельности
Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования от 17 мая 2012 г. №413

Форма обучения **очная**

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МДК, ПМ) В ЧАСАХ С УКАЗАНИЕМ ОБЯЗАТЕЛЬНОЙ И МАКСИМАЛЬНОЙ НАГРУЗКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Часов по учебному плану	142	Виды контроля на курсах:
в том числе:		Дифференцированный зачет (2семестр)
обязательная нагрузка	95	
самостоятельная работа	39	
консультации	8	

Распределение часов дисциплины (МДК, ПМ) по семестрам (курсам)

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		Итого	
	Неделя		Неделя			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Лекции	39	39	38	38	77	77
Практические	12	12	6	6	18	18
Консультации	4	4	4	4	8	8
Итого ауд.	51	51	44	44	95	95
Контактная работа	55	55	48	48	103	103
Сам. работа	21	21	18	18	39	39
Итого	76	76	66	66	142	142

1. АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МДК, ПМ)

1.1	<p>Актуальность изучения дисциплины. Цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении специальности «Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство». Здоровье и здоровый образ жизни. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека, влияющее на эффективность работы в железнодорожной области. Факторы, способствующие укреплению здоровья будущего специалиста железнодорожного транспорта. Влияние неблагоприятной окружающей среды профессиональной деятельности на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды при работе в строительной сфере. Вредные привычки и их профилактика. Правила и безопасность дорожного движения, в том числе на железнодорожных путях. Репродуктивное здоровье. Правовые основы взаимоотношения полов. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера на рабочем месте или на железнодорожных путях. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. (РСЧС). Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения на строительных площадках. Инженерная защита. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ, в том числе на железнодорожном транспорте. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Организация гражданской обороны на строительном предприятии. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. История создания Вооруженных Сил России. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Железнодорожные войска Российской Федерации: их состав и предназначение. Военская обязанность. Особенности воинской обязанности офицеров железнодорожных войск. Призыв на военную службу. Альтернативная гражданская служба. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества. Военская дисциплина и ответственность. Как стать офицером Российской армии. Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь на железнодорожном транспорте. Понятие травм на железнодорожных путях и их виды. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания, полученного при строительстве и ремонте железной дороги. Понятие и виды кровотечений, возможных при строительстве и ремонте железной дороги. Первая помощь при ожогах, возможных в условиях железнодорожного производства. Первая помощь при воздействии низких температур. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при отсутствии сознания. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.</p>
-----	---

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МДК, ПМ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Код дисциплины: БД.6	
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Не требуется предварительной подготовки
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (МДК, ПМ) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Безопасность жизнедеятельности

3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МДК, ПМ), СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

В результате освоения дисциплины (МДК, ПМ) обучающийся должен достигнуть результатов обучения

3.1	Личностных:
3.1.1	сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
3.1.2	гражданскую позицию, как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
3.1.3	готовность к служению Отечеству, его защите;
3.1.4	сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
3.1.5	сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной

	практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
3.1.6	толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;
3.1.7	навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
3.1.8	нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
3.1.9	готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
3.1.10	эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
3.1.11	принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
3.1.12	бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
3.1.13	осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
3.1.14	сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
3.1.15	ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.
3.2 Метапредметных:	
3.2.1	умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
3.2.2	умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
3.2.3	владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
3.2.4	готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;
3.2.5	умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
3.2.6	умение определять назначение и функции различных социальных институтов;
3.2.7	умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;
3.2.8	владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;
3.2.9	владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.
3.3 Предметных:	
3.3.1	сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
3.3.2	получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
3.3.3	сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

3.3.4	сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
3.3.5	освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
3.3.6	освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
3.3.7	развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
3.3.8	формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
3.3.9	развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
3.3.10	получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
3.3.11	освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
3.3.12	владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МДК, ПМ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья					
1.1	Актуальность изучения дисциплины. Цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении специальностей СПО. /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Активное слушание
1.2	Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Активное слушание
1.3	Тема 1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Лекция-визуализация
1.4	Тема 1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Рациональное питание и его значение для здоровья. /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
1.5	Практическая работа №1 Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. /Пр/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Работа в малых группах
1.6	Тема 1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека. /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
1.7	Тема 1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов. /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий

1.8	Тема 1.4. Вредные привычки и их профилактика. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Лекция-визуализация
1.9	Тема 1.4. Вредные привычки и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий

1.10	Тема 1.4. Вредные привычки и их профилактика. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании. /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
1.11	Тема 1.5. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
1.12	Практическая работа №2 Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. /Пр/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Работа в малых группах
1.13	Тема 1.6. Репродуктивное здоровье. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья. /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Лекция-визуализация
1.14	Тема 1.7. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка». /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Работа в малых группах
1.15	/Конс/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	
1.16	/Ср/	1	10		Л1.1Л2.1 Э1	
	Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения					
2.1	Тема 2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного техногенного характера. Стихийные бедствия гидрологического характера. /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Лекция-визуализация
2.2	Тема 2.2. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Лекция-визуализация
2.3	Практическая работа №3 Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.). /Пр/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Работа в малых группах
2.4	Тема 2.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). История ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций. /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
2.5	Тема 2.4. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
2.6	Тема 2.4. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Практическая работа №4 Изучение назначения, состава и принципа действия огнетушителей. /Пр/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Работа в малых группах

2.7	Тема 2.5. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций. /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Лекция- визуализация
2.8	Тема 2.6. Инженерная защита. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях. /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Лекция- визуализация
2.9	Практическая работа №5 Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени. /Пр/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Работа в малых группах
2.10	Практическая работа №6 Изучение и использование средств индивидуальной и коллективной защиты (ОЗК) /Пр/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Работа в малых группах
2.11	Тема 2.7. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах ЧС. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. /Лек/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
2.12	Тема 2.7. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах ЧС. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения. /Лек/	1	1		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
2.13	/Конс/	1	2		Л1.1Л2.1 Э1	
2.14	/Ср/	1	11		Л1.1Л2.1 Э1	
2.15	Тема 2.8. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно- спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение. /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
2.16	Тема 2.9. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России, Полиция, Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
2.17	Практическая работа №4 Изучение первичных средств пожаротушения. /Пр/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Работа в малых группах
	Раздел 3. Основы обороны государства и воинской обязанности					

3.1	Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Активное слушание
3.2	Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение. /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
3.3	Тема 3.3. Воинская обязанность. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Активное слушание
3.4	Тема 3.4. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту. /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий

3.5	Тема 3.5. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы. /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
3.6	Тема 3.6. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества Любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
3.7	Тема 3.7. Воинская дисциплина и ответственность. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
3.8	Тема 3.8. Как стать офицером Российской армии. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Боевые традиции Вооруженных Сил России: Патриотизм, Воинский долг, Дни воинской славы России, Дружба, войсковое товарищество. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Символы воинской чести. /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
3.9	/Конс/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	
3.10	/Ср/	2	8		Л1.1Л2.1 Э1	
Раздел 4. Основы медицинских знаний						
4.1	Тема 4.1. Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации. /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий

4.2	Тема 4.2. Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией. /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
4.3	Тема 4.3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза. /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
4.4	Тема 4.4. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения. /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
4.5	Практическая работа №5 Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. /Пр/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Работа в малых группах
4.6	Тема 4.5. Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений. /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
4.7	Тема 4.6. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. 4.8. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление. /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
4.8	Тема 4.7. Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания. /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Методы активизации традиционных лекционных занятий
4.9	Практическая работа №6 Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания. /Пр/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Работа в малых группах
4.10	Тема 4.8. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья. /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Лекция-визуализация

4.11	Тема 4.9. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины. Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи. /Лек/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	Дискуссия
4.12	/Конс/	2	2		Л1.1Л2.1 Э1	
4.13	/Ср/	2	10		Л1.1Л2.1 Э1	

5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Размещены в приложении

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МДК, ПМ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Перечень основной литературы, необходимой для освоения дисциплины (МДК, ПМ)

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А.	Основы безопасности жизнедеятельности: учебник	Москва: АКАДЕМИЯ, 2019.
6.1.2. Перечень дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины (МДК, ПМ)			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Микрюков, В.Ю.,	Основы безопасности жизнедеятельности + еПриложение: учебник	Москва: КноРус, 2022.

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (МДК, ПМ)

Э1	Микрюков, В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + еПриложение. (СПО). [Электронный ресурс] Учебник : учебник / В.Ю. Микрюков. — Москва : КноРус, 2020. — 290 с. — ISBN 978-5-406-07321-6.	www.VOOK.ru
----	--	-------------

6.3. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (МДК, ПМ), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

6.3.1 Перечень программного обеспечения

Windows XP - Операционная система, лиц. 46107380
Антивирус Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Расширенный Russian Edition - Антивирусная защита, контракт 469 ДВГУПС
Free Conference Call (свободная лицензия)
Zoom (свободная лицензия)

7. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МДК, ПМ)

Аудитория	Назначение	Оснащение
(ПримИЖТ СПО) Аудитория № 601 Кабинет безопасности жизнедеятельности, Кабинет	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также для самостоятельной работы	Доска аудиторная; Компьютер- Intel(R) Core(TM) i3 CPU 540 @ 3.07GHz/2GB/320Gb/DVD-RW; монитор Acer V173VB; Мультимедиа проектор Sanyo PLC-XU305A; Проекционный экран; Стенды: «Вооруженные силы России»; «Уставы. Закон военной службы. Военная присяга»; «Это должен знать каждый» (действия при чрезвычайной ситуации); «Военная форма одежды»; «Гражданская оборона»; «Уголок пожарной безопасности»; «Электрозащитные средства», «Электрические схемы заземляющих

Аудитория	Назначение	Оснащение
охраны труда		устройств», «Типы огнетушителей»; установка «Источник шума»; анемометры, гигрограф;
(ПримИЖТ СПО) Аудитория № 601 Кабинет безопасности жизнедеятельности, Кабинет охраны труда	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также для самостоятельной работы	Доска аудиторная; Компьютер- Intel(R) Core(TM) i3 CPU 540 @ 3.07GHz/2GB/320Gb/DVD-RW; монитор Acer V173VB; Мультимедиа проектор Sanyo PLC-XU305A; Проекционный экран; Стенды: «Вооруженные силы России»; «Уставы. Закон военной службы. Военная присяга»; «Это должен знать каждый» (действия при чрезвычайной ситуации); «Военная форма одежды»; «Гражданская оборона»; «Уголок пожарной безопасности»; «Электрозащитные средства», «Электрические схемы заземляющих устройств», «Типы огнетушителей»; установка «Источник шума»; анемометры, гигрограф;
(ПримИЖТ СПО) Аудитория № 601 Кабинет безопасности жизнедеятельности, Кабинет охраны труда	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также для самостоятельной работы	Доска аудиторная; Компьютер- Intel(R) Core(TM) i3 CPU 540 @ 3.07GHz/2GB/320Gb/DVD-RW; монитор Acer V173VB; Мультимедиа проектор Sanyo PLC-XU305A; Проекционный экран; Стенды: «Вооруженные силы России»; «Уставы. Закон военной службы. Военная присяга»; «Это должен знать каждый» (действия при чрезвычайной ситуации); «Военная форма одежды»; «Гражданская оборона»; «Уголок пожарной безопасности»; «Электрозащитные средства», «Электрические схемы заземляющих устройств», «Типы огнетушителей»; установка «Источник шума»; анемометры, гигрограф;

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МДК, ПМ)

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной учебной литературы. Следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий, сроки проведения семинаров, написания учебных и творческих работ.

На лекционных занятиях необходимо кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, выделять ключевые слова, термины. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывают трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.

При подготовке к практическим занятиям необходимо изучить рекомендованную учебную литературу. Проработать конспект лекции. Раскрыть содержание теоретических вопросов, подготовить доклады по теме, выполнить самостоятельные задания.

На практическом занятии проводится публичное обсуждение вопросов, проблем.

Уровень и глубина усвоения дисциплины зависят от активной и систематической работы на лекциях, изучения рекомендованной литературы, выполнения письменных заданий. При подготовке к дифференцированному зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу, образовательные Интернет-ресурсы.

Проведение учебного процесса может быть организовано с использованием ЭИОС университета и в цифровой среде (группы в социальных сетях, электронная почта, видеосвязь и др. платформы). Учебные занятия с применением ДОТ проходят в соответствии с утвержденным расписанием. Текущий контроль и промежуточная аттестация обучающихся проводится с применением ДОТ.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

по дисциплине «Основы Безопасности Жизнедеятельности»

для специальности 08.02.10 Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство

Составитель: преподаватель Мещеряков И.В.

1. Описание показателей, критериев и шкал оценивания.

1.1. Показатели и критерии оценивания

Объект оценки	Уровни сформированности компетенций	Критерий оценивания результатов обучения
Обучающийся	Низкий уровень Пороговый уровень Повышенный уровень Высокий уровень	Уровень результатов обучения не ниже порогового

1.2. Шкалы оценивания при сдаче дифференцированного зачета

Достигнутый уровень результата обучения	Характеристика уровня сформированности компетенций	Шкала оценивания
		Дифференцированный зачет
Низкий уровень	Обучающийся: -обнаружил пробелы в знаниях основного учебно-программного материала; -допустил принципиальные ошибки в выполнении заданий, предусмотренных программой; -не может продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании программы без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.	Неудовлетворительно
Пороговый уровень	Обучающийся: -обнаружил знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебной и предстоящей профессиональной деятельности; -справляется с выполнением заданий, предусмотренных программой; -знаком с основной литературой, рекомендованной рабочей программой дисциплины; -допустил неточности в ответе на вопросы и при выполнении заданий по учебно-программному материалу, но обладает необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.	Удовлетворительно
Повышенный уровень	Обучающийся: - обнаружил полное знание учебно-программного материала; -успешно выполнил задания, предусмотренные программой; -усвоил основную литературу, рекомендованную рабочей программой дисциплины; -показал систематический характер знаний учебно-программного материала; -способен к самостоятельному пополнению знаний по учебно-программному материалу и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.	Хорошо
Высокий уровень	Обучающийся: -обнаружил всесторонние, систематические и глубокие знания учебно-программного материала; -умеет свободно выполнять задания, предусмотренные программой; -ознакомился с дополнительной литературой; -усвоил взаимосвязь основных понятий дисциплин и их значение для приобретения профессии; -проявил творческие способности в понимании учебно-программного материала.	Отлично

1.3. Описание шкал оценивания

Планируемый уровень результатов освоения	Содержание шкалы оценивания достигнутого уровня результата обучения			
	Неудовлетворительно	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
	Не зачтено	Зачтено	Зачтено	Зачтено
Знать	Неспособность обучающегося	Обучающийся способен	Обучающийся демонстрирует	Обучающийся демонстрирует

	самостоятельно продемонстрировать наличие знаний при решении заданий, которые были представлены преподавателем вместе с образцом их решения.	самостоятельно продемонстрировать наличие знаний при решении заданий, которые были представлены преподавателем вместе с образцом их решения.	способность к самостоятельному применению знаний при решении заданий, аналогичных тем, которые представлял преподаватель, и при его консультативной поддержке в части современных проблем.	способность к самостоятельному применению знаний в выборе способа решения неизвестных или нестандартных заданий и при консультативной поддержке в части междисциплинарных связей.
Уметь	Отсутствие у обучающегося самостоятельности в применении умений по использованию методов освоения учебной дисциплины.	Обучающийся демонстрирует самостоятельность в применении умений решения учебных заданий в полном соответствии с образцом, данным преподавателем.	Обучающийся продемонстрирует самостоятельное применение умений решения заданий, аналогичных тем, которые представлял преподаватель, и при его консультативной поддержке в части современных проблем.	Обучающийся демонстрирует самостоятельное применение умений решения неизвестных или нестандартных заданий и при консультативной поддержке преподавателя в части междисциплинарных связей.
Владеть	Неспособность самостоятельно проявить навык решения поставленной задачи по стандартному образцу повторно.	Обучающийся демонстрирует самостоятельность в применении навыка по заданиям, решение которых было показано преподавателем.	Обучающийся демонстрирует самостоятельное применение навыка решения заданий, аналогичных тем, которые представлял преподаватель, и при его консультативной поддержке в части современных проблем.	Обучающийся демонстрирует самостоятельное применение навыка решения неизвестных или нестандартных заданий и при консультативной поддержке преподавателя в части междисциплинарных связей.

2. Перечень вопросов к дифференцированному зачету.

Перечень вопросов к дифференцированному зачету (2 семестр)

1.	Как взаимосвязана работа строителя железных дорог со смыслом жизни человека?
2.	Осознанность как фактор повышения безопасности личности и общества. Безопасность в работе строителя железных дорог.
3.	Изучение основных положений организации рационального питания техника и освоение методов его гигиенической оценки Практическое задание. Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. На основе особенностей труда и затрат энергии в будущей профессиональной деятельности (техник) рассчитать калории, необходимые для эффективной работы. Выявить достоинства и недостатки представленного меню на день. Выяснить, есть ли продукты питания, назначенные за вредность производства. Представить отчет о проделанной работе.
4.	Перечислить группы наркотических веществ и их влияние на организм человека.
5.	Отработка моделей поведения при ЧС на транспорте, на производстве, в цеху при погрузке и разгрузке стройматериалов. Изучите правила содержания и эксплуатации техники. Вспомните технику безопасности при пользовании строительными машинами и оборудованием. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешехода, велосипедиста, пассажира и водителя транспортного средства. При организации дорожного движения. Разберите ситуацию представьте алгоритм действий. Двое подростков перебежали дорогу по регулируемому пешеходному переходу на красный сигнал светофора. В это время двигался автомобиль с цистерной заполненный бетоном, при резком торможении машину занесло и развернуло, бетон разлился на дорогу и залил подростков. Родители подростков требуют возмещения стоимости одежды и моральный вред причиненный их детям. Правомерны ли их требования? Кто прав в данной ситуации? Какие правила ПДД были нарушены? Какая ответственность предусмотрена в данной

	ситуации? Дайте письменный ответ на вопрос. Ваше отношение к поступку подростков?
6.	Дать определение репродуктивного здоровья.
7.	Основной документ семейного законодательства.
8.	Виды ЧС природного и техногенного характера. Перечислить основные мероприятия ГО ЧС.
9.	Классификация ЧС природного и техногенного характера.
10.	Отработка порядка и правил действий при пожаре с использованием первичных средств пожаротушения при строительстве и ремонте железнодорожного пути.
11.	Система централизованного оповещения населения.
12.	Отработка навыков пользования СИЗ Изучите список потенциально опасных химических элементов. Список биологического оружия. Бактериологического оружия. Способы их воздействия на организм и средства борьбы с ними. Проанализируйте ситуацию, как эпидемия или пандемия влияет на экономику страны. По симптомам из карточек-заданий, определите какое вещество воздействовало на человека. Проведите сравнительный анализ внешних признаков химических соединений, определите на какие вещества они похожи. Приведите примеры ядовитых веществ применяемых в работе строителя. Повторите технику безопасной работы с ядо-химикатами. Расскажите правила пользования средствами индивидуальной и коллективной защиты. Отработка навыков пользования СИЗ. Сдача нормативов по надеванию противогаса, общего защитного костюма, средств индивидуальной защиты при работе с лакокрасочными и отравляющими веществами. Покажите как использовать средства индивидуальной защиты.
13.	Перечислить виды инженерных сооружений.
14.	Задачи аварийно-спасательных работ в зонах ЧС.
15.	Познакомиться с экстремальными факторами выживания. Разработать алгоритм действий в условиях вынужденной природной автономии по условиям карточки с индивидуальным заданием (Сделать выводы).
16.	Отработка навыков поведения при стрельбе, при захвате в качестве заложника. Отработка навыков поведения при стрельбе, при захвате в качестве заложника. Отработка навыков поведения в аудитории, при нештатной ситуации. При нападении в общественном месте (транспорт, торговый центр). Изучение путей и методов эвакуации из помещения. Отработка навыков пользования «Планом эвакуации этажа», уметь читать.
17.	Дать понятия рекрутского набора во времена правления Петра 1.
18.	Назначение. Задачи. Состав ВС РФ. Виды и рода войск ВС РФ.
19.	Служба в вооруженных силах Российской Федерации. Особенности военной службы строителя зданий и сооружений. Основные понятия воинской обязанности и воинского учета. Постановка граждан на воинский учет. Категории годности. Медицинское освидетельствование граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Альтернативная гражданская служба. Служба по контракту. Урок-игра. Сам себя готовлю к службе в армии. Определить категорию годности по своим заболеваниям. Как сохранить здоровье строителю? Как не повредить своему здоровью при прохождении производственной практики на стройке. Строевая подготовка. Изучение и отработка строевых команд. Задание. 1. Выписать основные формулировки: Что понимается под обороной? С какой целью создаются ВС РФ? Что включает в себя организация обороны? Что составляет основу военной организации государства? 3. Решение тестов по теме
20.	Периоды призыва на военную службу.
21.	Дать определение альтернативой гражданской службы.
22.	Дать понятия: патриотизм, долг, совесть, военнотрудовой.
23.	Перечислить виды общевоинских уставов.
24.	Порядок медицинского освидетельствования при поступлении в Высшие военные учебные заведения.
25.	Алгоритм оказания первой помощи пострадавшим.
26.	Первая помощь при травмировании строителя железных дорог. Отработка навыков наложения повязок. Оказание помощи при ранениях. Работа в группах. Наложение шин. Первая помощь при проникающих ранениях грудной клетки, брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. При травматизме на производстве. Помощь при электротравмах и ударах молнией.
27.	Дать определение синдрома длительного сдавливания при поражении мягких тканей при падении с большой высоты.
28.	Отработка навыков оказания первой помощи при кровотечении. Наложение повязок, жгута, закрутки. Правила оказания помощи при кровотечениях. Личная безопасность при оказании помощи. Оказание помощи при венозном, капиллярном, артериальном, смешанном и внутреннем кровотечении.
29.	Перечислить виды ожогов при поражении электротоком. Алгоритм оказания первой помощи при

	термическом ожоге. Алгоритм оказания первой помощи при химическом ожоге.
30.	Отработка основных приемов удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Отработка основных приемов удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Отработка навыков «Объятий жизни». Оказание помощи при удуши детей. Отработка мероприятий по оказанию помощи при отравлении. Острое и хроническое отравление. Вы увидели человека. Человек размахивает руками, показывает на горло, его лицо начало краснеть и синеть. Как помочь человеку. Объясните свои действия.
31.	Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственная вентиляция легких на стройплощадке.
32.	Перечислить виды инфекционных заболеваний.
33.	Перечислить основные факторы здорового образа жизни.

3. Тестовые задания. Оценка по результатам тестирования.

3.1. Примерные задания теста

1. Безопасность жизнедеятельности - это?
 - а. область научных знаний, охватывающая теорию и практику защиты человека от вредных и поражающих факторов во всех сферах человеческой деятельности;
 - б. права и обязанности человека;
 - в. Знания по защите человека от чрезвычайных ситуаций;
 - г. Сохранение жизни и здоровья человека.
2. Среда обитания - это?
 - а. область распространения жизни на Земле, включающая нижний слой атмосферы;
 - б. окружающая человека среда, обусловленная в данный момент совокупностью факторов (физических, химических, биологических, социальных, способных оказывать прямое или косвенное воздействие на деятельность человека;
 - в. участок биосферы;
 - г. верхние слои литосферы;
3. Биосфера - это?
 - а. участок биосферы, преобразованный людьми;
 - б. область распространения жизни на Земле, включающая нижний слой атмосферы, гидросферу, и верхний слой литосферы, не испытавших техногенного воздействия;
 - в. область распространения жизни на Земле, включающая нижний слой атмосферы, гидросферу, не испытавших техногенного воздействия;
 - г. область воздушного пространства.
4. Техносфера - это?
 - а. участок биосферы, преобразованный людьми с помощью прямого или косвенного воздействия технических средств;
 - б. окружающая человека среда, обусловленная в данный момент совокупностью факторов (физических, химических, биологических, социальных, способных оказывать прямое или косвенное воздействие на деятельность человека;
 - в. участок биосферы;
5. Здоровье – это?
 - а. отсутствие болезни;
 - б. нормальное функционирование организма;
 - в. естественное состояние организма человека;
 - г. первая и важнейшая потребность человека, определяющая его способность к труду и обеспечивающая гармоничное развитие личности.
6. Здоровый образ жизни – это?
 - а. рационально организованный, трудовой, активный, основанный на принципах нравственности способ существования человека;
 - б. государственная политика, направленная на формирование у людей правильного поведения;
 - в. индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление своего здоровья.
- 7.Режим - это?
 - а. распорядок дня;
 - б. естественное состояние организма человека;
 - в. установленный распорядок жизни человека, который включает в себя труд, питание, отдых и сон;
 - г. здоровый образ жизни.
8. Закаливание - это?
 - а. применение водных процедур;
 - б. комплекс приемов, которые систематически используют для тренировки устойчивости организма к температурным колебаниям окружающей среды;
 - в. метод, который систематически используют для тренировки устойчивости организма к температурным колебаниям окружающей среды;
 - г. здоровый образ жизни.
9. В какой период времени работоспособность человека имеет два подъема в соответствии с суточными биологическими ритмами?
 - а. 8.00 – 12.00. 17.00-19.00;
 - б. 9.00 – 11.00 17.00 -19.00;
 - в. 8.00-12.00 16.00 18.00.

10. Сколько законов имеет рациональное питание?
а. 4 закона
б. 3 закона
в. 2 закона
г. 1 закон
11. Наследственность - это?
а. способность передавать от одного поколения к другому материальные структуры клетки, содержащие программы развития из них новых особей;
б. физиологическое развитие личности;
в. биологическое развитие личности;
г. физическое развитие личности;
12. Наркомания - это?
а. болезнь головного мозга;
б. болезнь внутренних органов;
в. тяжелое заболевание, вызываемое злоупотреблением наркотиками;
г. снотворное состояние человека;
13. Указать факторы, определяющие здоровье человека:
а. режим дня. Закаливание, физкультура.
б. биологический, окружающая среда, медицинское обеспечение. индивидуальный образ жизни.
в. природный, техногенный, социальный.
14. Указать фазы развитие наркомании.
а. полинаркотизм, токсикомания, эйфория.
б. эйфория, физиологическая зависимость, абстинентный синдром.
в. психическая зависимость, физиологическая, биологическая.
15. Указать состояния взаимодействия в системе «человек-среда обитания».
а. физическое, биологическое, химическое, физиологическое.
б. природное, техногенное, социальное, техническое.
в. комфортное, допустимое, смертельное, чрезвычайно опасное.
г. комфортное, допустимое, опасное, чрезвычайно опасное.
16. Чрезвычайная ситуация - это?
а. нарушение нормальных условий жизнедеятельности людей на определенной территории;
б. несоблюдение правил и техники безопасности;
в. ситуация, сложившаяся по вине человека;
г. ситуация, сложившаяся в связи с природными катаклизмами.
17. Авария - это?
а. экстремальное событие, повлекшее за собой гибель людей;
б. повреждение, влекущее за собой выход из строя машин или механизмов, систем обеспечения зданий и сооружений;
в. событие с трагическими последствиями;
г. опасные гидрологические, геологические, геофизические, атмосферные и другие явления природы;
18. Биосфера - это?
а. участок биосферы, преобразованный людьми;
б. область распространения жизни на Земле, включающая нижний слой атмосферы, гидросферу, и верхний слой литосферы, не испытавших техногенного воздействия;
в. область распространения жизни на Земле, включающая нижний слой атмосферы, гидросферу, не испытавших техногенного воздействия;
г. область воздушного пространства.
19. Техносфера - это?
а. участок биосферы, преобразованный людьми с помощью прямого или косвенного воздействия технических средств;
б. окружающая человека среда, обусловленная в данный момент совокупностью факторов (физических, химических, биологических, социальных, способных оказывать прямое или косвенное воздействие на деятельность человека;
в. участок биосферы;
20. Здоровье – это?
а. отсутствие болезни;
б. нормальное функционирование организма;
в. естественное состояние организма человека;
г. первая и важнейшая потребность человека, определяющая его способность к труду и обеспечивающая гармоничное развитие личности.
21. Здоровый образ жизни – это?
а. рационально организованный, трудовой, активный, основанный на принципах нравственности способ существования человека;
б. государственная политика, направленная на формирование у людей правильного поведения;
в. индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление своего здоровья.
22. Режим - это?
а. распорядок дня;
б. естественное состояние организма человека;
в. установленный распорядок жизни человека, который включает в себя труд, питание, отдых и сон;
г. здоровый образ жизни.
23. Закаливание - это?

- а. применение водных процедур;
 - б. комплекс приемов, которые систематически используют для тренировки устойчивости организма к температурным колебаниям окружающей среды;
 - в. метод, который систематически используют для тренировки устойчивости организма к температурным колебаниям окружающей среды;
 - г. здоровый образ жизни.
24. В какой период времени работоспособность человека имеет два подъема в соответствии с суточными биологическими ритмами?
- а. 8.00 – 12.00. 17.00-19.00;
 - б. 9.00 – 11.00 17.00 -19.00;
 - в. 8.00-12.00 16.00 18.00.
25. Сколько законов имеет рациональное питание?
- а. 4 закона
 - б. 3 закона
 - в. 2 закона
 - г. 1 закон
26. Наследственность - это?
- а. способность передавать от одного поколения к другому материальные структуры клетки, содержащие программы развития из них новых особей;
 - б. физиологическое развитие личности;
 - в. биологическое развитие личности;
 - г. физическое развитие личности;
27. Наркомания - это?
- а. болезнь головного мозга;
 - б. болезнь внутренних органов;
 - в. тяжелое заболевание, вызываемое злоупотреблением наркотиками;
 - г. снотворное состояние человека;
28. Указать факторы, определяющие здоровье человека:
- а. режим дня. Закаливание, физкультура.
 - б. биологический, окружающая среда, медицинское обеспечение. индивидуальный образ жизни.
 - в. природный, техногенный, социальный.
29. Указать фазы развитие наркомании.
- а. полинаркотизм, токсикомания, эйфория.
 - б. эйфория, физиологическая зависимость, абстинентный синдром.
 - в. психическая зависимость, физиологическая, биологическая.
30. Указать состояния взаимодействия в системе «человек-среда обитания».
- а. физическое, биологическое, химическое, физиологическое.
 - б. природное, техногенное, социальное, техническое.
 - в. комфортное, допустимое, смертельное, чрезвычайно опасное.
 - г. комфортное, допустимое, опасное, чрезвычайно опасное.
- а. распорядок дня;
31. Закаливание - это?
- а. применение водных процедур;
 - б. комплекс приемов, которые систематически используют для тренировки устойчивости организма к температурным колебаниям окружающей среды;
 - в. метод, который систематически используют для тренировки устойчивости организма к температурным колебаниям окружающей среды;
 - г. здоровый образ жизни.
32. В какой период времени работоспособность человека имеет два подъема в соответствии с суточными биологическими ритмами?
- а. 8.00 – 12.00. 17.00-19.00;
 - б. 9.00 – 11.00 17.00 -19.00;
 - в. 8.00-12.00 16.00 18.00.
33. Сколько законов имеет рациональное питание?
- а. 4 закона
 - б. 3 закона
 - в. 2 закона
 - г. 1 закон
34. Наследственность - это?
- а. способность передавать от одного поколения к другому материальные структуры клетки, содержащие программы развития из них новых особей;
 - б. физиологическое развитие личности;
 - в. биологическое развитие личности;
 - г. физическое развитие личности;
35. Наркомания - это?
- а. болезнь головного мозга;
 - б. болезнь внутренних органов;
 - в. тяжелое заболевание, вызываемое злоупотреблением наркотиками;
 - г. снотворное состояние человека;
36. Указать факторы, определяющие здоровье человека:
- а. режим дня. Закаливание, физкультура.
 - б. биологический, окружающая среда, медицинское обеспечение. индивидуальный образ жизни.

- в. природный, техногенный, социальный.
37. Указать фазы развития наркомании.
- а. полинаркотизм, токсикомания, эйфория.
- б. эйфория, физиологическая зависимость, абстинентный синдром.
- в. психическая зависимость, физиологическая, биологическая.
38. Указать состояния взаимодействия в системе «человек-среда обитания».
- а. физическое, биологическое, химическое, физиологическое.
- б. природное, техногенное, социальное, техническое.
- в. комфортное, допустимое, смертельное, чрезвычайно опасное.
- г. комфортное, допустимое, опасное, чрезвычайно опасное.

3.2. Соответствие между бальной системой и системой оценивания по результатам тестирования устанавливается посредством следующей таблицы:

Объект оценки	Показатели оценивания результатов обучения	Оценка	Уровень результатов обучения
Обучающийся	60 баллов и менее	«Неудовлетворительно»	Низкий уровень
	74 – 61 баллов	«Удовлетворительно»	Пороговый уровень
	84 – 77 баллов	«Хорошо»	Повышенный уровень
	100 – 85 баллов	«Отлично»	Высокий уровень

4. Оценка ответа обучающегося на вопросы дифференцированного зачета.

4.1. Оценка ответа обучающегося на вопросы дифференцированного зачета.

Элементы оценивания	Содержание шкалы оценивания			
	Неудовлетворительно	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
	Не зачтено	Зачтено	Зачтено	Зачтено
Соответствие ответов формулировкам вопросов (заданий)	Полное несоответствие по всем вопросам	Значительные погрешности	Незначительные погрешности	Полное соответствие
Структура, последовательность и логика ответа. Умение четко, понятно, грамотно и свободно излагать свои мысли	Полное несоответствие критерию.	Значительное несоответствие критерию	Незначительное несоответствие критерию	Соответствие критерию при ответе на все вопросы.
Знание нормативных, правовых документов и специальной литературы	Полное незнание нормативной и правовой базы и специальной литературы	Имеют место существенные упущения (незнание большей части из документов и специальной литературы по названию, содержанию и т.д.).	Имеют место несущественные упущения и незнание отдельных (единичных) работ из числа обязательной литературы.	Полное соответствие данному критерию ответов на все вопросы.
Умение увязывать теорию с практикой, в том числе в области профессиональной работы	Умение связать теорию с практикой работы не проявляется.	Умение связать вопросы теории и практики проявляется редко.	Умение связать вопросы теории и практики в основном проявляется.	Полное соответствие данному критерию. Способность интегрировать знания и привлекать сведения из различных научных сфер
Качество ответов на дополнительные вопросы	На все дополнительные вопросы преподавателя даны неверные ответы.	Ответы на большую часть дополнительных вопросов преподавателя даны неверно.	1. Даны неполные ответы на дополнительные вопросы преподавателя. 2. Дан один неверный ответ на дополнительные вопросы	Даны верные ответы на все дополнительные вопросы преподавателя.

			преподавателя.	
--	--	--	----------------	--

Примечание: итоговая оценка формируется как средняя арифметическая результатов элементов оценивания.