

Министерство образования и науки Республики Марий Эл  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Республики Марий Эл  
«Йошкар-Олинский техникум сервисных технологий»

## МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

для студентов по выполнению самостоятельной работы по дисциплине  
ОП.08 Безопасность жизнедеятельности

---

43.02.02 Парикмахерское искусство  
(заочная форма обучения)

РАССМОТРЕНО  
на заседании ПЦК общеобразовательных  
дисциплин и дисциплин направления  
«Социальная работа»  
Председатель ПЦК М.П. / В.Н. Петрова/  
Протокол № 100 от «11» 05 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Зам. директора по УР  
Н.П. Житомирова /  
«25» 05 2024 г.

Составитель: Мочалов А.А., преподаватель ГБПОУ Республики Марий Эл  
«ЙОТСТ»

Рецензенты:  
1) Петрова В.Н., преподаватель высшей квалификационной категории ГБПОУ  
Республики Марий Эл «ЙОТСТ»

**Методические указания для студентов по выполнению  
самостоятельной работы.**

Изложены темы самостоятельной работы, приведены контрольные вопросы, ссылки на учебную литературу и справочный материал, рекомендации по выполнению, критерии оценивания. Методические указания предназначены в первую очередь для студентов заочной формы обучения, а также преподавателей учреждений среднего профессионального образования

## Содержание

Пояснительная записка.....	4
1. Критерии оценки практических работ.....	5
2. Тематика и содержание самостоятельных работ .....	6
3. Методические указания по выполнению домашней контрольной работы.....	18
4. Варианты заданий домашней контрольной работы .....	19
5. Перечень литературы.....	23
Приложение А.....	24

## Пояснительная записка

Настоящие методические указания предназначены для студентов – заочников по специальности 43.02.02 Парикмахерское искусство.

Цель - оказание помощи студентам заочной формы обучения в организации их работы по овладению системой знаний и умений в объеме действующей программы.

Учебная программа «Безопасность жизнедеятельности» является общепрофессиональной дисциплиной. В результате освоения учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» студент должен:

*знать:*

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
- основы военной службы и обороны государства;
- задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;
- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;
- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой (доврачебной) медицинской помощи

*уметь:*

- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- применять первичные средства пожаротушения;
- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
- оказывать первую(доврачебную) медицинскую помощь.

Основной формой учебного процесса является индивидуальная самостоятельная работа с учебной литературой.

Дисциплины изучаются в следующем порядке:

- освоение программного материала по рекомендованной литературе;
- ознакомление с документами, которые связаны с соответствующей темой;
- составление ответов на вопросы самоконтроля;
- выполнение домашней контрольной работы.

## 1. Тематика и содержание самостоятельной работы

**Введение: Цели и задачи дисциплины. Основные понятия и определения. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности.**

Значение и основная цель учебной дисциплины. Взаимосвязь данной дисциплины с другими областями знаний. Роль и место знаний в процессе освоения основной профессиональной программы по специальности и в сфере профессиональной деятельности.

Литература: [1] §1.1. с.3-9

Вопросы для самоконтроля

1. Что изучает наука «Безопасность жизнедеятельности»?
2. Основные цели и задачи дисциплины.

### **Раздел 1. Правовые, организационные и нормативно-технические основы безопасности жизнедеятельности**

**Тема 1.1. Правовые и нормативно-технические основы безопасности жизнедеятельности.**

Правовые основы безопасности жизнедеятельности. Нормативно-техническая документация

Литература: [1] §1.2; с.9-11; 14

<http://theobg.by.ru/index.htm> - Нормативные документы, методические материалы по ОБЖ.

Вопросы для самоконтроля

1. Какие законодательные акты формируют основу безопасности жизнедеятельности в Российской Федерации?
2. Чему должно научиться общество для обеспечения безопасности жизнедеятельности?

**Тема 1.2. Законодательные акты и основные принципы ФЗ «О защите населения и территории от ЧС природного и техногенного характера»**

Вклад Всероссийского научно-исследовательского института по проблемам гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций в формирование нормативной базы в области безопасной жизнедеятельности общества. Законодательные акты и основные принципы ФЗ «О защите населения и территории от ЧС природного и техногенного характера».

Литература:

[1] §1.2; с.11-13;

<http://theobg.by.ru/index.htm> - Нормативные документы, методические материалы по ОБЖ.

Вопросы для самоконтроля

1. Какие принципы технического регулирования определены Федеральным законом «О защите населения и территории от ЧС природного и техногенного характера»?
2. Какие нормативные документы по безопасности жизнедеятельности действуют в России и какова степень обязательности их требований?

### **Тема 1.3. Последствия опасностей в профессиональной деятельности и в быту.**

Общие сведения об опасностях. Потенциальные опасности и их последствия в профессиональной деятельности и в быту. Воздействия, которые являются вредными для здоровья. Вредные и травмирующие 15 факторы характерные для быта. Опасные проявления при пожаре в быту. Причины отравления в быту.

Литература:

[1] §3 с.28-33

Вопросы для самоконтроля

1. Из каких факторов складывается производственная среда?
2. Чем вредный фактор отличается от травмирующего?
3. Каковы последствия профессиональных вредностей?
4. Какие вредные и травмирующие факторы характерны для быта?

### **Тема 1.4. Принципы снижения вероятности реализации потенциальных опасностей.**

Причины, определяющие опасность. Различия опасностей по источникам формирования. Классификация опасностей. Вероятность воздействия опасности на человека. Отличие потенциальной опасности от реальной. Отличие реальной опасности от реализованной. Принципы снижения вероятности реализации потенциальных опасностей.

Литература:

[1] §3 с.24-28

Вопросы для самоконтроля

1. Что понимается под опасностью?
2. В чем смысл аксиомы о безопасности жизнедеятельности?
3. Назовите причины, определяющие опасность?
4. Как делятся опасности по вероятности воздействия на человека?

## **Раздел 2. Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики в условиях ЧС**

### **Тема 2.1. Общие понятия об устойчивости объектов экономики в условиях ЧС.**

Сущность безопасности объекта защиты. Система и метод обеспечения безопасности. Понятие гомосферы и ноосферы. Устойчивость функционирования объекта экономики при ЧС. Отличия между индивидуальным и социальным риском, а также концепция приемлемого риска.

Литература:

[1] §3 с.33-36

Вопросы для самоконтроля

1. Что называется объектом экономики?
2. Что такое безопасность объекта защиты?
3. Каковы основные направления предупреждения ЧС?
4. Как можно оценить потенциальную опасность?

### **Тема 2.2. Мероприятия и принципы обеспечения устойчивости работы объектов экономики в условиях ЧС.**

Первоначальная оценка устойчивости функционирования объекта. Мероприятия для обеспечения защиты и жизнедеятельности рабочих и служащих в условиях ЧС. Проведение мероприятий для защиты основных производственных фондов. Мероприятия по подготовке объекта экономика к устойчивому функционированию в условиях ЧС.

Литература:  
[1] §3 с.36-42

Вопросы для самоконтроля

1. На каком этапе осуществляется первоначальная оценка устойчивости функционирования объекта?
2. Какие мероприятия необходимо проводить для исследования и оценки потенциальной устойчивости объекта?
3. В чем заключается подготовка объекта экономика к устойчивому функционированию в условиях ЧС?

### **Тема 2.3. Основные виды спасательных и ремонтно-восстановительных работ.**

Мероприятия, которые необходимы для подготовки системы управления предприятием в условиях ЧС. Основные виды спасательных и ремонтно-восстановительных работ. Основные принципы организационно экономического характера, которые необходимы для обеспечения устойчивости функционирования в условиях ЧС.

Литература:  
[1] § 3 с.42-48

Вопросы для самоконтроля

1. Какие пять направления проводятся мероприятия по повышению устойчивости в ЧС?
2. Что такое экономическая ответственность за обеспечения уровня устойчивости функционирования?
3. Что такое рациональная компоновка технологического оборудования для исключения его повреждения обломками в ЧС?
4. Чем отличается строительство объектов в сейсмоопасных зонах?

### **Тема 2.4. Чрезвычайные ситуации мирного времени и защита от них.**

Понятия и классификация чрезвычайных ситуаций мирного времени. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера. Характеристика ЧС техногенного характера.

Литература:  
[1] §41, 4.2 с.48-67

Вопросы для самоконтроля

1. Дать определение понятие «чрезвычайная ситуация».
2. Какими признаками характеризуется авария?
3. Дайте характеристику основным видам катастроф.
4. Охарактеризуйте стихийное бедствие.
5. Перечислите основные признаки классификации ЧС.
6. Как классифицируются ЧС по масштабам распространения и тяжести последствий?

### **Тема 2.5. Терроризм и меры по его предупреждению.**

Понятие и формы современного терроризма, его классификация. Принципы борьбы с терроризмом. Модели поведения, необходимые для предотвращения террористического акта.

Литература:  
[1] §4.4 с.68-76

Вопросы для самоконтроля

1. Дайте определение понятию «терроризм».

2. В каких формах выступает современный терроризм?
3. Как можно классифицировать терроризм и по каким критериям?
4. В чем заключается принцип борьбы с терроризмом?
5. Перечислите модели поведения, необходимые для предотвращения возможного террористического акта.
6. Какова модель поведения при захвате в заложники?

### **Тема 2.6. Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.**

Основная цель создания РСЧС, её задачи. Службы, входящие в силы и средства РСЧС. Права и обязанности граждан России в условиях ЧС.

Литература:

[1] §4.5 с.77-83

Вопросы для самоконтроля

1. Какова основная цель создания РСЧС?
2. Каковы основные задачи РСЧС?
3. На какой орган возложено руководство всей системой РСЧС, какие задачи решает?
4. Какие службы входят в силы и средства РСЧС?
5. Каковы права и обязанности граждан России в условиях ЧС?

### **Тема 2.7. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.**

Функции противопожарной, медицинской, гидрометеорологической служб РФ. Задачи полиции РФ. Основные функции Роспотребнадзора.

Литература:

[1] §4.6 с.83-92

Вопросы для самоконтроля

1. Каковы функции противопожарной службы РФ?
2. Какие задачи решает полиция РФ?
3. Охарактеризуйте деятельность службы скорой медицинской помощи.
4. Назовите принципы, лежащие в основе гидрометеорологической службы.
5. Каковы основные функции Роспотребнадзора РФ?

### **Тема 2.8. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.**

Общие сведения о мониторинге и прогнозировании ЧС. Орган, осуществляющий социально-гигиенический мониторинг обстановки в области ЧС. Выявление и оценка обстановки при ЧС.

Литература:

[1] §4.6 с.92-95

Вопросы для самоконтроля

1. Каково назначение мониторинга и прогнозирования ЧС?
2. Укажите роль Министерства природных ресурсов РФ при проведении мониторинга и прогнозирования ЧС.
3. Какой орган осуществляет социально-гигиенический мониторинг и прогнозирование обстановки в этой области?
4. Какими органами осуществляется мониторинг состояния техногенных объектов и прогноз их аварийности?
5. Как осуществляется выявление и оценка обстановки при ЧС?

### **Тема 2.9. Ядерное оружие и его поражающие факторы.**

Поражающие факторы ядерного взрыва. Средства и способы защиты от поражающих факторов ядерного. Правила поведения в очаге ядерного поражения.

Литература:

[1] §5 с.98-107

Вопросы для самоконтроля

1. Назовите и охарактеризуйте основные поражающие факторы ядерного взрыва.
2. Что представляет собой очаг ядерного взрыва?
3. Каковы основные средства и способы защиты от поражающих факторов ядерного вооружения?
4. Сформулируйте правила поведения в очаге ядерного поражения.

### **Тема 2.10. Химическое оружие (ХО) и его поражающие факторы.**

Состав ХО, способы применения. Характеристика боевых токсических химических веществ (БТХВ). Способы защиты от БТХВ. Действия населения при химическом заражении.

Литература:

[1] §5.2 с.107-115

Вопросы для самоконтроля

1. Расскажите о ХО, его составе и способах применения.
2. Охарактеризуйте нервно-паралитические БХВТ.
3. Назовите БХВТ, при поражении которыми наблюдается период скрытого действия.
4. Какие есть способы защиты от БХВТ?
5. Каковы действия населения в зоне химического заражения?

### **Тема 2.11. Биологическое оружие (БО) и его поражающие факторы.**

История разработки БО. Структура БО. Характерные особенности БО. Состав БО, способы применения. Характеристика БО. Способы и средства защиты населения от БО. Действия населения в очаге биологического поражения.

Литература:

[1] §5.3 с.116-123

Вопросы для самоконтроля

1. Что входит в состав БО?
2. Какие БПА используются для боевого применения?
3. Каковы характерные особенности БО?
4. Назовите основные средства защиты населения в очаге биологического поражения.
5. Что такое дезинфекция, дезинсекция и дератизация?

### **Тема 2.12. Средства коллективной защиты населения.**

Виды и назначение защитных сооружений. Убежища. Противорадиационные укрытия. Простейшие укрытия. Технические системы жизнеобеспечения в убежищах. Назначение и технические характеристики простейших укрытий.

Литература:

[1] §5.4 с.123-135

Вопросы для самоконтроля

1. Для чего предназначены защитные сооружения?

2. Назовите основные виды защитных сооружений?
3. Для каких целей создаются убежища и каким требованиям должны соответствовать?
4. Какими техническими системами жизнеобеспечения должны быть оборудованы убежища?
5. Каковы назначение и технические характеристики простейших укрытий?

### **Тема 2.13. Средства индивидуальной защиты населения.**

Средства индивидуальной защиты органов дыхания (СИЗОД). Средства защиты органов дыхания. Средства защиты кожи от поражения. Медицинские средства индивидуальной защиты.

Литература:

[1] § 5.5 с.135-141

Вопросы для самоконтроля

1. Назовите основные виды СИЗОД.
2. Какие простейшие СИЗОД можно изготовит самостоятельно?
3. Каковы принципы действия фильтрующих и изолирующих противогазов?
4. Какие средства защиты кожи вы знаете?
5. Назовите медицинские средства индивидуальной защиты?

## **Раздел 3. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны**

### **Тема 3.1. Понятие и составные задачи гражданской обороны.**

Понятие и составные задачи гражданской обороны. Организационная структура гражданской обороны. Правовые основы гражданской обороны.

Литература: [1] §6.1;6.2 с.142-144

Вопросы для самоконтроля

1. Дайте определение понятия «гражданская оборона».
2. Назовите закон, в котором определены правовые основы гражданской обороны.
3. Перечислите основные задачи ГО.
4. По каким принципам организуется гражданская оборона?
5. Что входит в состав сил и в каких случаях создаются гражданские организации и формирования ГО?

### **Тема 3.2. Основные мероприятия, проводимые гражданской обороной (ГО).**

Мероприятия, предусмотренные в природных и техногенных ЧС. Мероприятия, заблаговременно разработанные при современных средствах поражения. Мероприятия, непосредственно разработанные при современных средствах поражения.

Литература:

[1] §6.3 с.144-146

Вопросы для самоконтроля

1. Какие мероприятия предусматриваются при ЧС природного и техногенного характера?
2. Какие мероприятия, заблаговременно разрабатываются при современных средствах поражения?
3. Какие мероприятия, непосредственно разработанные при современных средствах поражения?

### **Тема 3.3. Действия населения в чрезвычайных ситуациях.**

Действия населения по сигналам оповещения. Речевая информация. Локальные системы оповещения. Эвакуация населения в условиях ЧС. Органы, созданные для планирования и организации эвакуации.

Литература:

[1] §6.4; 6.5 с.144-153

Вопросы для самоконтроля

- 1.Что означает термин «оповещение» и для каких целей оно организуется? 2.Какие технические средства используются для оповещения населения?
- 3.Что должна содержать речевая информация о ЧС?
- 4.Где создаются локальные системы оповещения и в чем их преимущества?
- 5.На кого возложена ответственность за организацию оповещения и информирование населения об опасности, возникающей в результате ЧС?
6. Какие органы создаются для планирования и организации эвакуации?
7. От чего зависят сроки и способы проведения эвакуации?

### **Тема 3.4. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы (АСДНР), проводимые в зонах ЧС.**

Задачи АСДНР в зонах ЧС. Специфика проведения АСДНР в зонах ЧС военного времени. Характеристика сил и средств ликвидации ЧС.

Литература:

[1] §6.6 с.153-157

Вопросы для самоконтроля

- 1.Какие задачи должны решать АСДНР?
- 2.Какие виды работ относятся к аварийно-спасательным?
- 3.Какие дополнительные работы осуществляются для успешного проведения спасательных работ в очагах поражения?
- 4.Какова специфика проведения аварийно-спасательных работ в зонах ЧС военного времени?
5. Какие силы и средства используются при ликвидации ЧС?

### **Тема 3.5. Обучение населения в области ГО.**

Правовая основа обучения населения в области ГО. Задачи обучения населения в области ГО. Группы лиц, подлежащих обучению в области защиты населения от ЧС.

Литература:

[1] §6.7 с.157-159

Вопросы для самоконтроля

1. Что является правовой основой обучения населения в области ГО?
2. Какие задачи ставит обучение населения по защите от ЧС?
3. Назовите группы лиц, подлежащих обучению в области защиты населения и территорий от ЧС.

## Раздел 4. Основы обороны государства и воинская обязанность

### Тема 4.1 Современные Вооруженные силы Российской Федерации.

Национальная и военная безопасность Российской Федерации. Функции и задачи Вооруженных сил РФ. Структура и руководство ВС РФ. Виды и рода войск ВС РФ. Предназначение ВВС, ВМФ, РВСН, ВДВ, Космических войск. Тыл Вооруженных Сил. Войска, не входящие в виды ВС РФ.

Литература:

[1] §7.1;7.2; 7.3 с.160-181

Вопросы для самоконтроля

- 1.Какие интересы называются национальными?
- 2.Дайте определение понятиям «национальная безопасность» и «военная безопасность».
- 3.Какие мероприятия включает в себя организация обороны страны?
- 4.В чем основные функции и задачи Вооруженных сил РФ, а также задачи их развития?
- 5.Назовите приоритетные направления военно-технического обеспечения безопасности России, а также необходимые для этого силы и средства?
6. Дайте определение вида и рода войск.
7. Какие функции выполняет Тыл ВС?
8. Как осуществляется комплектование ВС личным составом?

### Тема 4.2. Воинская обязанность. Государственные и воинские символы.

Воинская обязанность. Боевые традиции ВС РФ. Государственный герб, флаг, гимн, воинская символика России и их роль. Роль воинских званий и наград.

Литература:

[1]§7.4; 7.5; 7.6 с.178-200

Вопросы для самоконтроля

- 1.Что составляет правовую основу воинской обязанности и военной службы в РФ?
- 2.Какие виды мобилизации различаются и в каких случаях она объявляется?
- 3.Что предусматривает обязательная подготовка граждан к военной службе?
- 4.Какие воинские традиции различают в ВС РФ?
- 5.Что означает быть верным славным боевым традициям?
6. Каково назначение государственного герба и государственного флага?
7. Какова роль воинских званий и наград как символов воинской чести?
8. Какова роль памятников и монументов, воздвигнутых в честь защитников Отечества?

### Тема 4.3. Организация и порядок призыва граждан на военную службу.

Воинская обязанность. Организация воинского учета. Первоначальная постановка на учет. Порядок призыва граждан на военную службу. Обязанности граждан по воинскому учету. Порядок призыва на военную службу граждан, зачисленных в запас с присвоением звания офицера.

Литература:

[1] §8.1 с. 201-205

Вопросы для самоконтроля

1. Для какой цели и как осуществляется воинский учет?
2. Какие категории граждан должны состоять на воинском учете и каковы их обязанности по воинскому учету?
3. Кто входит в состав комиссии по постановке граждан на воинский учет?

4. Для каких целей организуется медицинское освидетельствование граждан при первичной постановке на воинский учет?

5. Какие сведения содержатся в документах по воинскому учету?

#### **Тема 4.4. Порядок прохождения воинской службы по призыву.**

Правовая основа прохождения воинской службы по призыву. Организация внутренней службы военнослужащего. Форма одежды военнослужащего, проходящего службы по призыву.

Литература:

[1] §8.2 с. 205-214

Вопросы для самоконтроля

1. Что составляет правовую основу призыва на военную службу и прохождения службы?
2. Как организуется работа призывной комиссии?
3. С какого момента гражданин приобретает статус военнослужащего?
4. Какова продолжительность начальной военной подготовки?
5. Что включает в себя и как организуется внутренняя служба военнослужащего?
6. Назовите воинские звания, которые соответствуют составам «солдаты» и «матросы».
7. Какие формы военной одежды носят военнослужащие?

#### **Тема 4.5. Поступление на военную службу в добровольном порядке..**

Различия между военной службой по призыву и по контракту. Требования, предъявляемые к проходящим военную службу по контракту. Сроки заключения контрактов. Должности, предоставляемые контрактникам.

Литература:

[1] §8.3 с.219-226

Вопросы для самоконтроля

1. В чем различие между службой по призыву и военной службой по контракту? 2. Какие категории граждан имеют право заключать контракт?
3. Какие требования предъявляются к гражданам, проходящим военную службу по контракту?
4. Назовите сроки заключения контрактов о прохождении воинской службы?
5. На какие должности в ВС РФ могут претендовать контрактники?

#### **Тема 4.6. Права и обязанности военнослужащих.**

Нормативные акты, устанавливающие права и обязанности военнослужащих. Права военнослужащих. Обязанности военнослужащих. Социально-экономические права военнослужащих. Понятие исполнения обязанностей военной службы.

Литература:

[1] §8.4 с.226-230

Вопросы для самоконтроля

1. Какие нормативные акты устанавливают права и обязанности военнослужащих?
2. Назовите социально-экономические права и политические права и свободы военнослужащих.
3. Что позволяют каждому военнослужащему личные права и свободы граждан?
4. Какие виды обязанностей установлены для военнослужащих?

#### **Тема 4.7. Основные виды вооружения и военной техники. Современное стрелковое оружие.**

Роль стрелкового вооружения в условиях ведения военных действий. Виды стрелкового оружия. Признаки для классификации стрелкового оружия. Характеристика видов стрелкового оружия.

Литература:

[1] §9.1 с.231-241

Вопросы для самоконтроля

1. Какова роль стрелкового оружия в современных условиях ведения боевых действий?
2. По какому признаку классифицируется современное стрелковое оружие?
3. Каковы боевые характеристики пистолетов, револьверов, автоматов снайперских винтовок, ручных пулеметов?
4. Каковы преимущества станковых и единых пулеметов при ведении боевых действий?
5. Дайте сравнительную характеристику ручных, подствольных и автоматических гранатометов?

#### **Тема 4.8. Основные виды вооружения и военной техники. Бронетанковая техника.**

Виды бронетанковой техники. Требования, предъявляемые к современной бронетанковой технике. Функции боевых разведывательных машин.

Литература: [12] §9.2 с.241-247

Вопросы для самоконтроля

1. Назовите основные виды бронетанковой техники.
2. Какие требования предъявляются к современным танкам? Какие танки находятся на вооружении Российской армии?
3. Для какой цели используются боевые машины пехоты?
4. Что представляет собой бронетранспортер БТР-ВО?
5. Какие функции выполняют боевые разведывательные машины?

#### **Тема 4.9. Основные виды вооружения и военной техники. Специальное военное снаряжение.**

Цели и задачи Федеральной целевой программы (ФЦП). Назначение и виды военного снаряжения для боевой подготовки и в мирное время. Состав экипировки российского воина. Содержание понятия «средства жизнеобеспечения».

Литература:

[1] §9.3 с.247-252

Вопросы для самоконтроля

1. Что включает в себя специальное военное снаряжение?
2. Какова цель ФЦП «Перспективная экипировка российского воина» («Боец XXI»)?
3. Выделите основные виды военного снаряжения в боевой и повседневной обстановке, а также в условиях ночного времени.
4. Что входит в понятие «средства жизнеобеспечения»?
5. Перечислите составляющие базовой персональной аптечки.

## **Раздел 5. Основы первой (доврачебной) медицинской помощи**

### **Тема 5.1. Основные правила первой (доврачебной) медицинской помощи при отсутствии сознания, приостановке дыхания.**

Основные правила первой (доврачебной) медицинской помощи. Первая (доврачебная) медицинская помощь при отсутствии сознания. Первая доврачебная помощь при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца). Первая доврачебная помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.

Литература:

[1] §§10.1; 10.2; 10.3 с.253-259

Вопросы для самоконтроля

- 1.Кем и когда должна оказываться первая (доврачебная) медицинская помощь и в чем ее сущность?
- 2.Какими принципами руководствуются при оказании первой доврачебной помощи?
- 3.Что нужно установить при первом осмотре пострадавшего?
- 4.Как определить обморок как оценить потерю сознания?
- 5.Какова первая помощь пострадавшему при потере сознания?
6. Каковы причины и признаки нарушения кровообращения и клинической смерти?
7. Как проводить искусственное дыхание и непрямой массаж сердца?

### **Тема 5.2. Первая (доврачебная) медицинская помощь при наружных кровотечениях.**

Основные виды кровотечений. Правила наложения медицинского жгута или закрутки в необходимых случаях. Способы остановки венозного кровотечения и помощь при внутреннем кровотечении.

Литература:

[1] §10.4 с.259-263

Вопросы для самоконтроля

1. Назовите основные виды кровотечений.
- 2.Как можно остановить капиллярное кровотечение?
3. Каковы признаки артериального кровотечения и чем оно опасно?
- 4.В каких случаях следует наложить медицинский жгут/закрутку и каковы правила наложения?
- 5.Каковы признаки венозного кровотечения и чем оно опасно для пострадавшего? 6. каковы признаки кровотечения из внутренних органов и способы оказания первой (доврачебной) медицинской помощи?

### **Тема 5.3. Первая (доврачебная) медицинская помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути и при травмах различных областей тела.**

Виды травм различных областей тела. Правила оказания первой помощи при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, ранениях, переломах, ушибах головного мозга. Признаки поражения электрическим током и способы оказания первой (доврачебной) медицинской помощи.

Литература: [12] §10.5; 10.6. с.263-274

Вопросы для самоконтроля

- 1.Как оказать первую помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути?
- 2.Приведите примеры травм различных частей тела.

3. В чем заключается оказание первой помощи при проникающем ранении в грудную полость, брюшную полость?

4. В чем заключается оказание первой помощи при сотрясениях и ушибах головного мозга?

5. В чем заключается оказание первой помощи при переломах конечностей и позвоночника?

6. Назовите основные признаки поражения электрическим током и способы оказания первой (доврачебной) медицинской помощи?

**Тема 5.4. Первая (доврачебная) медицинская помощь при ожогах и воздействии высоких температур.** Виды и степени ожогов. Первая (доврачебная) медицинская помощь при химических ожогах. Признаки теплового (солнечного) удара и оказание (доврачебной) медицинской помощи.

Литература:

[1] §10.7 с.274-279

Вопросы для самоконтроля

1. Что такое ожоги и как их различают в зависимости от глубины поражения тканей?

2. Чем опасны ожоги III и IV степени?

3. В каких случаях возникают химические ожоги?

4. Каковы особенности оказания первой (доврачебной) медицинской помощи при химических ожогах? 5. Перечислите основные признаки теплового удара.

6. Как отражается на организме человека длительное нахождение под солнцем?

**Тема 5.5. Первая (доврачебная) медицинская помощь при ожогах и воздействии низких температур.**

Виды и степени обморожения и переохлаждения. Что способствует возникновению отморожения. Признаки отморожения различной степени и первая помощь при них.

Литература:

[1] §10.8 с.277-279

Вопросы для самоконтроля

1. К чему приводит длительное воздействие холода?

2. Что способствует возникновению отморожения?

3. Каковы признаки отморожения I, II, III и IV степени и к каким последствиям могут привести?

4. В чем заключается первая (доврачебная) медицинская помощь при отморожении?

5. Почему нельзя растирать отмороженные участки тела снегом?

**Тема 5.6. Первая (доврачебная) медицинская помощь при отравлениях.**

Что называют отравлением, его виды. Вещества, которые относят к токсичным. От чего зависит их действие на человека. Эффективные средства выведения токсичных веществ из организма человека.

Литература:

[1] §10.9 с.280-281

Вопросы для самоконтроля

1. Что называется отравлением?

2. Какие вещества относятся к токсичным?

3. От чего зависит действие токсичного вещества на организм человека? 4. Назовите виды отравлений и первую (доврачебную) медицинскую помощь при отравлениях.  
5. Что является эффективным средством выведения токсичных веществ из организма?

### 3. Методические указания по выполнению домашней контрольной работы

Учебным планом по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» предусмотрено выполнение одной домашней контрольной работы.

Контрольная работа составлена в 30 вариантах, в каждый из которых входит 3 теоретических вопроса.

При выполнении работы студенты должны соблюдать следующие требования:

1. Контрольная работа должна быть выполнена на листах формата А4 в печатном виде в скоросшивателе;

2. Титульный лист контрольной работы представлен в приложении А.

3. Требования к оформлению текста:

Редактор – Microsoft Word;

Размер страницы – А4;

Ориентация листа – «книжная»;

Поля: Верхнее – 2 см.; Нижнее – 2 см.; Левое – 3 см.; Правое – 1,5 см;

Шрифт - TimesNewRoman, размер шрифта – кегль 12 или 14;

Межстрочный интервал – полуторный (1,5 строки);

Отступ абзаца: Слева – 0, Справа – 0;

Первая строка (красная строка) – 1,25 см;

Форматирование – по ширине.

Страницы нумеруются арабскими цифрами;

Страницы считаются с титульного листа;

Порядковый номер на титульном листе не ставится;

Нумерация сквозная по всему тексту;

Номер листа проставляют в правом нижнем углу;

Схемы полей допусков оформляются средствами Microsoft Word (вкладка Вставка/Фигуры);

Формулы необходимые для расчета оформляются средствами Microsoft Word (вкладка Вставка/Формула/Вставить новую формулу).

4. Отвечать на вопросы следует в той последовательности, как они записаны в задании;

5. При оформлении задания пишется вопрос, а затем дается полный исчерпывающий ответ;

6. В конце контрольной работы приводится список использованной литературы, интернет-ресурсов.

Контрольная работа должна быть представлена в учебную часть до начала сессии.

На контрольную работу дается письменное заключение о допуске к защите, составляется рецензия.

Контрольная работа, признанная рецензентом «удовлетворительно», оценивается словом «зачтено».

В случае, если работа не отвечает вышеперечисленным требованиям по форме или ее содержание не раскрывает теоретического вопроса, либо неверно выполнены практические задания, она не засчитывается, а автор не допускается к защите.

Студент обязан устранить все замечания рецензента и вновь представить контрольную работу на проверку вместе с рецензией на ее первый вариант.

При любых затруднениях при выполнении контрольной работы студент может обращаться за консультацией в учебную часть техникума – кабинет №10, по адресу: г. Йошкар-Ола ул. Краснофлотская 15.

#### 4. Варианты заданий домашней контрольной работы

Вариант 1.

Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики в условиях ЧС:

- 1.1 Общие понятия об устойчивости объектов экономики в условиях ЧС.
- 1.2 Мероприятия и принципы обеспечения устойчивости работы объектов экономики.
- 1.3 Основные виды спасательных и ремонтно-восстановительных работ.

Вариант 2.

Потенциальные опасности и их последствия в профессиональной деятельности.

1. Общие сведения об опасностях.
2. Последствия опасностей в профессиональной деятельности и в быту.
3. Принципы снижения вероятности реализации потенциальных опасностей.

Вариант 3.

Чрезвычайные ситуации мирного времени и защита от них.

1. Понятия и классификация чрезвычайных ситуаций мирного времени.
2. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера.
3. Характеристика ЧС техногенного характера.

Вариант 4.

Терроризм и меры по его предупреждению.

1. Понятие и формы современного терроризма, его классификация.
2. Принципы борьбы с терроризмом.
3. Модели поведения, необходимые для предотвращения террористического акта.

Вариант 5.

Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.

1. Основная цель создания РСЧС, её задачи. Службы, входящие в силы и средства РСЧС.
2. Права и обязанности граждан России в условиях ЧС.
3. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Выявление и оценка обстановки при ЧС.

Вариант 6.

Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.

1. Функции противопожарной, медицинской, гидрометеорологической служб РФ.
2. Задачи полиции РФ.
3. Основные функции Роспотребнадзора.

Вариант 7.

Ядерное оружие и его поражающие факторы.

1. Поражающие факторы ядерного взрыва.
2. Средства и способы защиты от поражающих факторов ядерного
3. Правила поведения в очаге ядерного поражения.

Вариант 8.

Химическое оружие (ХО) и его поражающие факторы.

1. Состав ХО, способы применения.
2. Характеристика боевых токсических химических веществ (БТХВ).
3. Способы защиты от БТХВ.

#### Вариант 9.

Биологическое оружие (БО) и его поражающие факторы.

1. Состав БО, способы применения.
2. Характеристика БО.
3. Способы и средства защиты населения от БО.

#### Вариант 10.

Средства коллективной защиты населения.

1. Виды и назначение защитных сооружений.
2. Технические системы жизнеобеспечения в убежищах.
3. Назначение и технические характеристики простейших укрытий.

#### Вариант 11

Средства индивидуальной защиты населения.

1. Средства индивидуальной защиты органов дыхания (СИЗОД).
2. Средства защиты кожи от поражения.
3. Медицинские средства индивидуальной защиты.

#### Вариант 12

Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.

1. Понятие и составные задачи гражданской обороны.
2. Организационная структура гражданской обороны.
3. В каких случаях создаются гражданские организации ГО.

#### Вариант 13

Основные мероприятия, проводимые гражданской обороной (ГО).

- 1.1 Мероприятия, предусмотренные в природных и техногенных ЧС.
- 1.2 Мероприятия, заблаговременно разработанные при современных средствах поражения.
- 1.3 Мероприятия, непосредственно разработанные при современных средствах поражения.

#### Вариант 14

Действия населения в чрезвычайных ситуациях.

1. Действия населения по сигналам оповещения.
2. Эвакуация населения в условиях ЧС.
3. Органы, созданные для планирования и организации эвакуации.

#### Вариант 15

Аварийно-спасательные и другие неотложные работы (АСДНР), проводимые в зонах ЧС.

1. Задачи АСДНР в зонах ЧС.
2. Специфика проведения АСДНР в зонах ЧС военного времени.
3. Характеристика сил и средств ликвидации ЧС.

#### Вариант 16

Обучение населения в области ГО.

1. Правовая основа обучения населения в области ГО.
2. Задачи обучения населения в области ГО.
3. Группы лиц, подлежащих обучению в области защиты населения от ЧС.

#### Вариант 17

Основы обороны государства и воинская обязанность.

1. Национальная и военная безопасность Российской Федерации.
2. Функции и задачи Вооруженных сил РФ.
3. Структура и руководство ВС РФ.

Вариант 18

Современные Вооруженные силы Российской Федерации.

1. Виды и рода войск ВС РФ.
2. Предназначение ВВС, ВМФ, РВСН, ВДВ, Космических войск.
3. Тыл Вооруженных Сил. Войска, не входящие в виды ВС РФ.

Вариант 19

Государственные и воинские символы.

1. Боевые традиции ВС РФ.
2. Государственный герб, флаг, гимн, воинская символика России и их роль.
3. Роль воинских званий и наград.

Вариант 20

Организация и порядок призыва граждан на военную службу.

1. Воинская обязанность.
2. Организация воинского учета.
3. Порядок призыва граждан на военную службу.

Вариант 21

Порядок прохождения воинской службы по призыву.

1. Правовая основа прохождения воинской службы по призыву.
2. Организация внутренней службы военнослужащего.
3. Форма одежды военнослужащего, проходящего службы по призыву.

Вариант 22

Поступление на военную службу в добровольном порядке.

1. Различия между военной службой по призыву и по контракту.
2. Требования, предъявляемые к проходящим военную службу по контракту.
3. Сроки заключения контрактов. Должности, предоставляемые контрактникам.

Вариант 23

Права и обязанности военнослужащих.

1. Нормативные акты, устанавливающие права и обязанности военнослужащих.
2. Социально-экономические права военнослужащих.
3. Понятие исполнения обязанностей военной службы.

Вариант 24

Основные виды вооружения и военной техники. Современное стрелковое оружие.

1. Роль стрелкового вооружения в условиях ведения военных действий.
2. Признаки для классификации стрелкового оружия.
3. Характеристика видов стрелкового оружия.

Вариант 25

Основные виды вооружения и военной техники. Бронетанковая техника.

1. Виды бронетанковой техники.

2. Требования, предъявляемые к современной бронетанковой технике.
3. Функции боевых разведывательных машин.

#### Вариант 26

Основные виды вооружения и военной техники. Специальное военное снаряжение.

1. Цели и задачи Федеральной целевой программы (ФЦП)
2. Назначение и виды военного снаряжения для боевой подготовки и в мирное время.
3. Что входит в понятие «средства жизнеобеспечения».

#### Вариант 27

Основы первой помощи.

1. Основные правила первой помощи.
2. Первая помощь при отсутствии сознания.
3. Первая помощь при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца).

#### Вариант 28

Первая помощь при наружных кровотечениях.

1. Основные виды кровотечений.
2. Правила наложения медицинского жгута или закрутки в необходимых случаях.
3. Способы остановки венозного кровотечения и помощь при внутреннем кровотечении.

#### Вариант 29

Первая помощь при травмах различных областей тела.

1. Виды травм различных областей тела.
2. Правила оказания первой помощи при ранениях, переломах, ушибах головного мозга.
3. Признаки поражения электрическим током и способы оказания первой помощи.

#### Вариант 30

Первая помощь при отравлениях и ожогах от воздействия высоких и низких температур.

1. Первая помощь при отравлениях.
2. Виды и степени ожогов.
3. Первая помощь при химических ожогах и от воздействия высоких и низких температур.

## Перечень литературы

### Основная литература по теоретической части:

1. Хван Т.А., Хван П.А. Безопасность жизнедеятельности. Серия «Учебники и учебные пособия». Ростов н/Д: «Феникс», 2014. – 415 с

### Дополнительные источники:

2. Безопасность жизнедеятельности; Под ред. Л.А. Михайлова. СПб: Питер, 2009. – 461 с. ил.
3. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и защита от них; Под ред. Л.А. Михайлова. – СПб: Питер, 2009. – 235 с.: ил.
4. Безопасность жизнедеятельности. – М.: Академия, 2009. – 176 с.. (Среднее профессиональное образование).-Библиогр.: с. 171-172.
5. Конституция РФ
6. Федеральные законы Российской Федерации: «Об обороне»
7. «О пожарной безопасности»
8. «О защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»
9. «О статусе военнослужащих»
10. «О воинской обязанности и военной службе»
11. Общевоинские Уставы Вооруженных Сил РФ
12. Белов В.Г., Козьяков А.Ф., Белов С.В. и др. Безопасность жизнедеятельности. Конспект лекций, ч. 2. – М.: ВАСОТ, 1993
13. Добровольский В.С. Сборник нормативных документов и материалы по подготовке к военной службе. М., АСТ, 2002.

### Электронные ресурсы:

14. База данных информационной системы «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru/>
15. Официальный сайт МЧС РФ [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.mchs.gov.ru>.
16. Университетская информационная система «РОССИЯ» <http://uisrussia.msu.ru/>
17. Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» <http://нэб.рф/>
18. Энциклопедия безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]. — URL: <http://bzhde.ru>.

*Титульный лист контрольной работы*

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Республики Марий Эл  
«Йошкар-Олинский техникум сервисных технологий»

**БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

(наименование учебной дисциплины)

Контрольная работа

Выполнил студент группы №

\_\_\_\_\_ (ФИО)

Проверил преподаватель \_\_\_\_\_

(ФИО)

Работа сдана на рецензию \_\_\_\_\_

(дата)

Оценка \_\_\_\_\_

дата \_\_\_\_\_

Йошкар-Ола  
2021