

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Самарской области
«Новокуйбышевский нефтехимический техникум»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
ДЛЯ ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Дисциплина Основы безопасности жизнедеятельности
Профиль профессионального образования Технический
Естественно- научный

Специальность СПО

15.02.07 Автоматизация технологических процессов и производств

18.02.09 Переработка нефти и газа

Базовая подготовка

2015 г.
Новокуйбышевск

РАССМОТРЕНО
предметной (цикловой)
комиссией

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по НМР
Шелкова О.Д.



Протокол № 1
от 28 августа 2015 г.
Кар Коряковская М.В.

Разработчик:

ГАПОУ СО «ННХТ»

(место работы)

преподаватель

(занимаемая должность)

К

Н.В. Кирдишева

(И.О.Фамилия)

Пояснительная записка

Основная задача образования заключается в формировании творческой личности, способной к саморазвитию, самообразованию, инновационной деятельности. Решение этой задачи вряд ли возможно только путем передачи знаний в готовом виде от преподавателя к обучающемуся. Для решения этой задачи в учебные планы всех специальностей включена внеаудиторная самостоятельная работа, составляющая 50% от общего числа часов, отведенных на изучение курса.

В связи с этим, обучающемуся из пассивного потребителя знаний необходимо превратиться в активного их творца, умеющего сформулировать проблему, проанализировать пути ее решения, найти оптимальный результат и доказать его правильность. Это предполагает ориентацию на активные методы овладения знаниями, развитие творческих способностей обучающихся, переход от поточного к индивидуализированному обучению с учетом потребностей и возможностей личности.

Активная самостоятельная работа возможна только при наличии серьезной и устойчивой мотивации. Самый сильный мотивирующий фактор – подготовка к дальнейшей эффективной профессиональной деятельности.

Полезность выполняемой работ заключается в том, что результаты самостоятельной работы могут быть использованы на семинарских и практических занятиях. Другим вариантом использования фактора полезности является активное применение результатов работы в профессиональной подготовке.

Творческая деятельность. Это может быть участие в научно-исследовательской, опытно-конструкторской или методической работе. Участие в олимпиадах по учебной дисциплине, творческих конкурсах

Самостоятельная работа проводится с целью:

- Обучающие цели:

обеспечить повторение изученного материала, наиболее общих и существенных понятий;
предоставить возможность использовать приобретенные знания;
обеспечить проверку усвоения изученного материала.

- Воспитательные цели:

создать условия для осознания необходимости самостоятельных действий при решении проблем;

обучать объективной оценке своих возможностей и успехов;
формировать навыки работы в заданном темпе;
способствовать развитию навыков устной речи, умения грамотно вести диалог и аргументировать свои действия;
осознание большой практической значимости дисциплины в жизни человека.

- Интеллектуально-развивающие цели:

создать условия для развития наблюдательности, памяти и внимания;
способствовать развитию навыков работы с большими объемами информации: поиску, отбору, анализу, оформлению необходимого материала;
создать условия для проявлений творческого подхода к учебным задачам, выдвижению гипотез, постановке проблем и поиску путей их решения;
обучать методам научного познания - анализу, сравнению, обобщению и систематизации учебного материала.

Виды внеаудиторной самостоятельные работы обучающихся:

1. Подготовка и написание, сообщений на заданные темы, причём предоставляется право выбора темы.
2. Подбор и изучение литературных источников, работа с периодической печатью, подготовка тематических обзоров по периодике.
3. Подготовка схем, таблиц, кроссвордов, тестовых заданий.
4. Ответы на контрольные вопросы.
5. Решение ситуационных задач.
6. Выполнение тестового задания.
7. Составление резюме.
8. Подготовка постеров по темам.

Данная внеаудиторная деятельность сориентирована на развитие таких личностных качеств как аккуратность, усидчивость, логическое мышление, пространственное воображение.

Внеаудиторная самостоятельная работа по ОБЖ выполняется обучающимся.

Внеаудиторная самостоятельная работа распределена по разделам и темам.

Самостоятельная работа осуществляется индивидуально или группами в зависимости от цели, объема.

Критериями оценок результатов внеаудиторной самостоятельной работы является уровень освоения учебного материала;

- умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач;
 - умение находить требующуюся информацию, изучать ее и применять на практике;
- обоснованность и четкость изложения ответа; оформление материала в соответствии с требованиями.

Полнота выполнения внеаудиторной самостоятельной работы характеризует качества знаний и оценивается по пятибалльной системе:

"Отлично"

- письменное задание выполнено полностью;
- материал оформлен в соответствии с требованиями;
- четкое и обоснованное изложение ответа.

"Хорошо"

- письменное задание выполнено полностью;
- в целом материал оформлен в соответствии с требованиями, но могут быть незначительные отклонения от требований;
- не совсем четкое и обоснованное изложение ответа.

"Удовлетворительно"

- письменное задание выполнено не полностью;
- оформление материала не соответствует требованиям;
- изложение ответа краткое и содержит некоторые неточности.

"Неудовлетворительно"

- письменное задание не выполнено.

Задания, выполняемые самостоятельно, углубляют знания, полученные на лекции, позволяют пробудить и укрепить интерес к изучаемой дисциплине. Самостоятельная деятельность при выполнении заданий развивает умение работать с текстом учебника, вычленять главное, структурировать материал, обобщать и делать выводы.

№ п\п	Кол-во часов	Тема	Задание
ВСР № 1	1	Здоровье и здоровый образ жизни	Нарисовать постер по теме Ответить на контрольные вопросы
ВСР №2	1	Факторы способствующие укреплению здоровья	Изучение основных положений организации рационального питания и методов его гигиенической оценки (Ответить на контрольные вопросы)
ВСР № 3	1	Факторы способствующие укреплению здоровья	Изучение физиологических норм питания, принятых и дифференцированных для различных групп населения. (Выполнить задание)
ВСР № 4	1	Факторы способствующие укреплению здоровья	Освоение методики расчета суточного расхода энергии с учетом данных хронометража различных видов работы в течении рабочего дня (Определить свой суточный расход энергии)
ВСР № 5	1	Факторы способствующие укреплению здоровья	Тест Здоровый образ жизни и его составляющие
ВСР № 6	1	Алкоголь и его влияние на здоровье человека	История Алкоголя, табака и наркотиков
ВСР № 7	1	Курение и его влияние на состояние здоровья	Напишите сочинение на тему: «Как я могу/смог помочь своему другу/маме/папе бросить курить».
ВСР № 8	1	Наркотики и наркомания, социальные последствия	Составьте письменно или устно краткое резюме по теме: «Социально-политические последствия употребления алкоголя, табака и наркотиков
ВСР № 9	1	Социальная роль женщины в современном обществе	Ответить на контрольные вопросы
ВСР № 10	1	Правовые основы взаимоотношения полов	Тест по теме «Законодательство о семье и браке»
ВСР № 11	1	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	Составьте таблицу классификации чрезвычайных ситуаций
ВСР № 12	1	Стихийные бедствия геологического и метеорологического характера	Решите ситуационные задачи
ВСР №13	1	Стихийные бедствия гидрологического характера. Природные пожары	Решите ситуационную задачу
ВСР № 14	1	Гражданская оборона	Тест по теме Гражданская оборона Задание 1 Задание 2
ВСР № 15	1	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени	Составить варианты текстовых сообщений при аварии на промышленных объектах См. Пример
ВСР № 16	1	Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуациях	Решите ситуационные задачи
ВСР № 17	1	Инженерная защита. Виды защитных сооружений и правила поведения в них	Составить схему «Защитные сооружения гражданской обороны»
ВСР №18	1	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники	Тест по теме терроризм

ВСП № 19	1	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Ответить на контрольные вопросы
ВСП № 20	1	Организационная структура вооруженных сил Российской Федерации	Составить схему организационной структуры ВС РФ
2 курс			
ВСП № 1\2	1	Призыв на военную службу	Подготовить сообщение по темам.
ВСП №2\2	1	Прохождение военной службы по призыву	Сообщение
ВСП № 3\2	1	Прохождение военной службы по контракту	Подготовить сообщения по темам
ВСП № 4\2	1	Альтернативная гражданская служба	Ответить на контрольные вопросы
ВСП № 5\2	2	Права и обязанности военнослужащих	Составить опорный конспект о статусе военнослужащего
ВСП № 6\2			
ВСП № 7\2	1	Воинская дисциплина и ответственность	Решите ситуационные задачи
ВСП № 8\2	1	Как стать офицером Российской армии	Заполните карточку
ВСП № 9\2	1	Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации	Подготовить сообщение по темам.
ВСП № 10\2	1	Символы воинской чести	Составить сообщения о людях проживающих на Южном Урале имеющих ордена и награды
ВСП № 11\2	1	Общие правила оказания первой медицинской помощи.	Составить кроссворд по теме
ВСП № 12\2	1	Первая помощь при кровотечениях	Решить практическую задачу
ВСП №13\2	1	Первая помощь при переломах и травматическом шоке	Решите ситуационную задачу
ВСП № 14\2	1	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	Заполнить таблицу
ВСП № 15\2	1	Инфекции, передаваемые половым путем	Написать письмо
ВСП № 16\2	1	Инфекции, передаваемые половым путем	Составить кроссворд по теме
ВСП № 17\2	1	Здоровье и здоровье будущего ребенка	Заполнить таблицу
ВСП №18\2	1	Здоровье и здоровье будущего ребенка	Подготовить сообщения по темам
ВСП № 19\2	1	Беременность и гигиена беременности	Составить опорный конспект по вопросам
ВСП № 20\2		Уход за младенцем	Заполнить таблицу

ВСП №1 Нарисовать постер по теме «Здоровый образ жизни»

Контрольные вопросы

1. Какие критерии определяют здоровье человека?
2. Какие факторы влияют на здоровье человека?
3. Какой образ жизни можно назвать здоровым?
4. Дайте определение понятий «физическое здоровье», «психическое здоровье», «нравственное здоровье».

ВСП №2 Изучение основных положений организации рационального питания и методов его гигиенической оценки

Контрольные вопросы

1. Что такое рациональное питание?
2. Каким требованиям должно соответствовать рациональное питание?
3. Назовите основные пути обеспечения рационального питания.
4. Как распределяется энергетическая ценность суточного рациона по отдельным приемам?
5. Как определяется достаточность питания?
6. Оцените свой суточный рацион с точки зрения рационального питания.

Учебник Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Основы безопасности жизнедеятельности стр. 303

ВСП №3 Изучение физиологических норм питания, принятых и дифференцированных для различных групп населения.

Выполните задание.

Используя таблицы 6,7(Учебник Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Основы безопасности жизнедеятельности стр. 306-311), выпишите нормы физиологических потребностей в белках, жирах, углеводах, минеральных веществах и витаминах для своего пола и возраста. Сравните эти данные с нормами физиологических потребностей для лиц возраста 40-59 лет

ВСП № 4 Освоение методики расчета суточного расхода энергии с учетом данных хронометража различных видов работы в течении рабочего дня

Пользуясь данными таблицы 8 (Учебник Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Основы безопасности жизнедеятельности стр. 312-313) ,определить свой суточный расход энергии

ВСР №5 Тест Здоровый образ жизни и его составляющие

1. Суточная энергетическая потребность организма зависит от суточных энергозатрат.

Определите норму потребления энергии с пищевыми продуктами:

1. 14-17 лет – 2900 кКал для юношей
2. 14-17 лет – 3700 кКал для девушек
3. 14-17 лет – 3500 кКал для юношей
4. 14-17 лет – 2600 кКал для девушек
5. 14-17 лет – 2800 кКал и для юношей, и для девушек

2. К вредным привычкам можно отнести:

1. Курение
2. Склероз
3. Токсикоманию
4. Наркоманию
5. Шизофрению

3. Какие из утверждений, по-вашему, верны:

1. Пища должна содержать питательные вещества в определенном соотношении
2. Чем больше присутствует в пище витаминов и минеральных веществ, тем она полезнее
3. Пища человека должна быть химически разнообразной
4. Без воды человек способен просуществовать более 10 дней
5. В день человеку необходимо более 2 литров жидкости

4. Вместе с пищей человеческий организм ежедневно должен получать:

1. Белки
2. Воду
3. Сахар и соль
4. Минеральные вещества и углеводы
5. Растительные и животные жиры

5. Продолжительность приема пищи должна составлять:

1. Завтрак 15-20 минут
2. Зависит от времени суток
3. Обед 20 – 25 минут
4. Ужин 5 – 15 минут
5. Зависит от объема поглощаемой пищи

6. Какие условия необходимы для высокой продуктивности труда:

1. Побольше отдыхать
2. Требуется систематические упражнения, навыки
3. Необходимо чередование труда и отдыха
4. Отсутствие вредных привычек
5. Во всякий труд нужно входить постепенно

7. К заболеваниям, передающимся половым путем, относятся:

1. Гонорея
2. СПИД
3. Молочница
4. Сифилис
5. Трихомониаз

8. Здоровье это:

1. Способность организма противостоять эмоциональным и физическим стрессам
2. Гармоническое существование души и тела человека 82
3. Способность сохранять соответствующую полу и возрасту психофизиологическую устойчивость в условиях постоянного изменения количественных и качественных единиц структурной и сенсорной информации
4. Когда ничего не болит
5. Состояние организма в определенный временной период

9. Мельчайшие организмы, способные расти и размножаться только в живых организмах - это:

1. Бактерии
2. Грибки
3. Вирусы
4. Токсины

10. Утомление, которое испытывает человек после трудового дня, можно снять с помощью:

1. Длительного пассивного отдыха
2. Употребления специальных медикаментозных средств, кофе, чая
3. Рационального питания
4. Физических напряжений в любом виде спорта

11. К инфекциям дыхательных путей относятся:

1. Cholera, полиомиелит, дизентерия
2. Малярия, чума, сыпной тиф
3. Грипп, ангина, дифтерия
4. Чесотка, сибирская язва, столбняк

12. Кровяная инфекция передается через:

1. Воздушно-капельный путь
2. Продукты питания, воду
3. Контактный путь
4. Укусы кровососущих насекомых

13. Невосприимчивость организма к действию болезнетворного микроба называется:

1. Иммунитетом
2. Дезинфекцией
3. Асептикой
4. Антисептиком

14. Палочкообразные одноклеточные бактерии – возбудители инфекционных заболеваний – это:

1. Бациллы
2. Кокки
3. Спириллы
4. Вибриоллы

15. Сумма движений, которые человек выполняет в процессе своей жизнедеятельности - это:

1. Общественно-полезный труд
2. Двигательная активность
3. Физическая активность
4. Выносливость организма

16. На протяжении суток состояние организма и его работоспособность подвергаются четким ритмическим колебаниям, которые называются:

1. Биологическими
2. Режимом труда
3. Процессом отдыха
4. Работоспособностью

17. Витамин С (аскорбиновая кислота) способствует:

1. Повышению общей сопротивляемости организма
2. Сгоранию глюкозы и гликогена, дающих энергию мышцам
3. Нормальному течению окислительно-восстановительных реакций, происходящих в организме
4. Процессу кровообращения

18. Алкоголизм - это:

1. Эпизодическое употребление спиртных напитков
2. Значительное нарушение функций центральной нервной системы
3. Болезнь, характеризующаяся патологическим влечением к алкоголю
4. Утрата количественного контроля над выпитым спиртным

19. К признакам наркотического опьянения галлюциногенными препаратами относятся:

1. Отсутствие аппетита, мучительная жажда, подавление деятельности сдерживающих и тормозящих центров
2. Заторможенность, неуклюжесть движений, покраснение глазных белков
3. Возбужденное состояние, свободное и раскованное поведение, возможная агрессивность
4. Заторможенное состояние, временное нарушение психической деятельности, галлюцинации

20. Перечислите компоненты здоровья:

1. Социальный
2. Экономический
3. Духовный
4. Физический
5. Психологический

21. Какое понятие определяется как – массовое распространение инфекционного заболевания, вызванного общим источником инфекции:

1. Карантин
2. Пандемия
3. Эпидемия
4. Панзоотия
5. Обсервация

22. Какие существуют виды закаливания:

1. Воздушные ванны
2. Грязевые ванны
3. Солнечные ванны
4. Водные процедуры
5. Лечебные процедуры

23. Какие вы можете выделить виды иммунитета:

1. Повседневный
2. Приобретенный
3. Иммунитет крови
4. Врожденный

24. Выделите болезни, которые могут возникнуть при длительном употреблении алкоголя:

1. Хронический гепатит
2. Цирроз печени
3. Камни в почках
4. Гипертония
5. Цинга 84

25. Выделите основные принципы, составляющие основу закаливающих процедур:

1. Систематичность
2. Разнообразие средств
3. Малое время для процедур
4. Индивидуальность
5. Постепенность

26. Что из нижеперечисленного является компонентами ЗОЖ:

1. Двигательная активность
2. Иммуитет
3. Личная гигиена
4. Медицинская помощь пострадавшим
5. Отказ от вредных привычек

27. Какие средства целесообразно применять с медицинской точки зрения для лечения инфекционных болезней:

1. Народные средства
2. Медикаментозные средства
3. Вакцины
4. Сыворотки
5. Закаливание

ВСР №6 История Алкоголя, табака и наркотиков

ЗАДАНИЕ 1 *

Прокомментируйте: Что значат эти числа?

40 тысяч лет; 4-10 тысяч лет; 500 лет; 8-2 тыс. до н.э.; 1:3 и 1:4; 860 г., в течение 12 веков; 4 праздника в году; 3,5-4,7 л; 0,8 л; около 2 л; 4,6л; 18 л; 15 л.

ЗАДАНИЕ 2 *

Прокомментируйте: Что вы знаете об отношении к алкоголю следующих людей?

- 1) Гомер, Геродот, Каллимах, Феокрит; Пифагор, Аристотель, Сенека;
- 2) Мухаммед, Н.И. Костомаров, И. Прыжов, В.В. Похлёбкин, В. Мединский, Н.П. Загоскин, Э.И. Дейчман;
- 3) Пётр I, И.В. Сталин; Рагез, Иван III, Иван IV.

ЗАДАНИЕ 3 *

Дайте определения понятиям:

корчма, кабак, питух, целовальник, правез, «Всепянейший собор», водка, миф об «извечном русском пьянстве».

ЗАДАНИЕ 4 *

Прокомментируйте: Что значат эти числа?

1492;

XVIII век;

вторая половина XIX века;

Русско-Японская война, Первая мировая война, Вторая мировая война, реформы 90-х годов XX столетия;

2020 год.

ЗАДАНИЕ 5 *

Прокомментируйте: Что вы знаете об отношении к табаку следующих людей?

Х. Колумб, Ж. Нико, Е. Медичи, Пётр I, А. Гитлер, Г. Онищенко.

ЗАДАНИЕ 6 *

Дайте определения понятиям: табакос, никотин.

ЗАДАНИЕ 7*

Прокомментируйте: Что вы знаете об отношении к наркотикам следующих людей?

З. Фрейд, М. Булгаков, Лири и Олперт.

ЗАДАНИЕ 8 *

Дайте определения понятиям:

«падение железного занавеса», корпорация «D», стратегия маркетинга.

ЗАДАНИЕ 9

Творческие задания:

1) Опровергните миф об «извечном» русском пьянстве.

2) Докажите, что пьянство, курение и наркомания выгодны эксплуататорам всех времен и народов, всех мастей и видов.

3) Докажите, что борьба с коррупцией в России очень важна в борьбе за общество, свободное от наркотиков.

ВСР №7 Напишите сочинение на тему:

«Как я могу/смог помочь своему другу/маме/папе бросить курить».

ВСП №8 Составьте письменно или устно краткое резюме по теме:

«Социально-политические последствия употребления алкоголя, табака и наркотиков»

Памятка «Как написать резюме»

Резюме — это конспект лекции, книги и т.п. Это — выделение главных мыслей, и хорошее резюме дает представление о том, о чем была лекция, книга и т.п.

Алгоритм составления резюме состоит в следующем:

1. Внимательно прочитайте задание. Вам надо только резюмировать текст или также интерпретировать его? Уточните, краткое это резюме или просто резюме. Обычное резюме составляет часть от текста оригинала.
2. Бегло прочитайте текст с охватом общего содержания (первое прочтение).
3. Прочитайте текст во второй раз. Попробуйте понять главную цель автора: проинформировать, убедить, доказать, развлечь и т.п. Подчеркните основные мысли. Сделайте карандашом пометки на полях, чтобы подытожить главные мысли абзаца в нескольких словах.
4. Обратите внимание, сколько места выделяет автор тому или иному вопросу. Если одному вопросу выделяется 2 страницы, а другому — 2 абзаца, это значит, что автор придает большее значение первому вопросу. Это следует учитывать при составлении резюме.
5. Напишите черновик своего резюме, назвав автора и его книгу или статью, а также издание, в котором она опубликована. Если говорится о книге, следует сказать несколько слов и об авторе.
6. Основное содержание резюме включает главные пункты статьи или книги, и если позволяет пространство, также некоторые примеры и факты, доказывающие эти идеи. Заключение статьи должно совпадать с заключением вашего резюме.
7. Опустите второстепенные детали.
8. Если вы хотите передать дух статьи или книги, включите цитату: полную или сокращенную.
9. Резюме можно ещё больше сократить, убрав все повторы, но не в ущерб логике изложения и ясности языка.

ВСП №9 Ответить на контрольные вопросы

Контрольные вопросы

1. Как менялась социальная роль женщины в различные исторические эпохи?
2. Что включает понятие «социальная дискриминация женщин»?
3. Как решалась проблема равенства женщин в нашей стране?
4. Регламентируется ли производственная деятельность женщин с тяжелыми и вредными условиями труда?
5. Каковы, на ваш взгляд, пути решения проблемы равенства полов в нашей стране?

ВСП №10 Тест по теме «Законодательство о семье и браке».

1. Основанием для возникновения семьи является:

- а) совместное проживание;
- б) подача заявления в орган ЗАГСА о регистрации брака;
- в) усыновление.

2. Семейным кодексом РФ установлен брачный возраст:

- а) 19 лет;
- б) 18 лет;
- в) 16 лет;

г) 14 лет.

1. При расторжении брака в суде дела о расторжении брака рассматриваются:

- а) мировым судьей;
- б) городским (районным) судом,;
- в) арбитражным судом первой инстанции;
- г) третейским судом.

4. Брак считается зарегистрированы с момента:

- а) внесения записи в книгу ЗАГСa;
- б) выдачи свидетельства о браке;
- в) простановки штампа в паспорте о регистрации брака;
- г) подачи заявления о регистрации брака.

5. Брак не может быть заключен между лицами одно из которых:

- а) признано судом ограниченно дееспособным;
- б) состоит в ранее зарегистрированном браке;
- в) отбывает наказание в виде лишения свободы;
- г) не имеет гражданства Российской Федерации.

6. Брак не может быть заключен между :

- а) опекунами и попечителями;
- б) усыновителями и усыновленными;
- в) лицами, находящимися в родстве (тетями - племянниками, дядями - племянницами, двоюродными братьями и сестрами).

7. Установленный в РФ брачный возраст вступающему в брак может быть снижен при наличии уважительных причин по решению:

- а) заведующего органом ЗАГСa;
- б) родителей;
- в) главы органа местного самоуправления;
- г) главы исполнительной власти субъекта РФ (губернатора).

8. В соответствии с Семейным кодексом регистрация между подачей заявления о вступлении в брак и регистрацией брака установлен срок:

- а) 3 дня;
- б) 14 дней;
- в) 1 месяц;
- г) 3 месяца.

9. Основанием для признания брака недействительным может быть заключение брака с лицом :

- а) имеющим гражданство иностранного государства;
- б) в отношении которого возбуждено уголовное дело и ведется следствие;
- в) которое скрыло наличие у него ВИЧ-инфекции;
- г) приходящемуся второму супругу племянником.

10. Алиментные права и обязанности супругов состоят в том, что супруги обязаны и имеют право:

- а) материально поддерживать друг друга;
- б) предоставлять содержание несовершеннолетним детям;
- в) получать государственные субсидии на содержание детей;
- г) взыскивать через суд средства для оплаты коммунальных услуг.

ВСП №11 Составьте таблицу классификации чрезвычайных ситуаций

Признаки	Виды ЧС

ВСП №12 Решите ситуационные задачи

Задача №1. Прогноз о возможном землетрясении застал вас на улице вблизи многоэтажных зданий. Каковы будут ваши действия?

Задача №2. Во время землетрясения вы находились на третьем этаже многоэтажного здания. Опишите ваши действия.

Задача №3. Вы оказались в завале. Каковы будут ваши действия?

Задача №4. Вам необходимо собрать специальную сумку на случай землетрясения. Что в нее следует положить?

ВСП №13 Решите ситуационную задачу

Задача №1

Вы оказались в зоне очага пожара в лесу или на торфянике. Каковы ваши действия?

Задача №2

Каким огнетушителем вы воспользуетесь при возгорании электропроводки и почему?

ВСП №14 Тест по теме «Гражданская оборона»

Задание 1.

1. Назовите организацию, которая в государственном масштабе отвечает за предупреждение и ликвидацию чрезвычайных ситуаций в мирное время: 1) ГО; 2). РСЧС; 3). МЧС

2. Из перечисленных вариантов выберите пять уровней РСЧС:

1). Объектовый; 2). Производственный; 3). Местный; 4). Поселковый; 5). Районный;
6). Территориальный; 7). Региональный; 8). Республиканский; 9). Федеральный

3. Область резкого сжатия среды, распространяющаяся во все стороны от места взрыва со сверхзвуковой скоростью, называется: 1). Световое излучение; 2). Ударная волна;

3). Электромагнитный импульс

4. Ядерное оружие – это:

1). Оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии;
2). Оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании светового излучения возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, включающей ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи.

5. Воздействие какого поражающего фактора ядерного взрыва может вызвать ожоги кожи, поражения глаз человека и пожары? 1). Воздействие светового облучения; 2). Воздействие проникающей радиации; 3). Воздействие электромагнитного импульса

6. Какие поражения возникают у людей при действии ионизирующего излучения:

1). Лучевая болезнь; 2). Радиационные ожоги; 3). Контузии организма

- 7. Какие газы относятся к нервно-паралитическим:** 1). Зарин; 2). Иприт; 3). VX-газы; 4). Зоман
- 8. Какой период в развитии инфекционного заболевания является основным фактором возникновения эпидемии и поражения большого количества людей:** 1). Начальный период; 2). Период развития заболевания; 3). Инкубационный период
- 9. Респираторы по назначению подразделяются на:** 1). Противопылевые; 2). Противоаэрозольные; 3). Противогазовые; 4). Газопылезащитные
- 10. К средствам защиты кожи относятся:** 1). Общеовойсковой защитный комплект; 2). Легкий защитный костюм; 3). Защитный плащ; 4). Пневмокостюм; 5). Комбинезон
- 11. Если сигнал об угрозе нападения противника застал вас в общественном месте, необходимо:** 1). Выслушать указание администрации о месте нахождения укрытия и быстро направиться туда; 2). Покинуть общественное место и отойти от него на безопасное расстояние; 3). Покинуть общественное место, попытаться доехать до дома и укрыться там.
- 12. Найдите СИЗ органов дыхания:** 1). ИПП-8; 2). ВМП; 3). ГП-5; 4). ПТМ-1
- 13. При нахождении в защитном сооружении укрываемым запрещено:** 1). ходить без необходимости; 2). шуметь; 3). курить, зажигать спички и керосиновые лампы; 4). включать электроосвещение; 5). расходовать без команды старшего запас воды и продуктов.
- 14. По месту расположения убежища подразделяются:** 1). Встроенные; 2). Подземные; 3). Отдельностоящие
- 15. Назовите основные помещения в убежище:** 1) вход-выход; 2) тамбуры; 3). шлюзы; 4) фильтровентиляционные камеры; 5). санузел; 6). жилые; 7). медпункт; 8). кладовая
- 16. Удаление радиоактивных веществ, обеззараживание или удаление отравляющих веществ, болезнетворных микробов и токсинов с кожного покрова людей, а также с надетых средств индивидуальной защиты, одежды и обуви – это:** 1) санитарная обработка; 2). дезинфекция; 3). дезактивация
- 17. В чем заключается полная санитарная обработка:** 1). В обработке всех людей и техники, побывавших в зоне заражения; 2). в уничтожении зараженной одежды, обуви, техники; 3). В обмывании всего тела теплой водой с мылом и замене одежды на чистую.
- 18. Назовите все виды дезинфекции:** 1). Профилактическая; 2). Текущая; 3). Генеральная; 4). Заключительная
- 19. При объявлении об эвакуации граждане обязаны взять с собой:** 1). Личные вещи, документы, продукты питания, туалетные принадлежности, СИЗ; 2). Туалетные принадлежности, необходимый ремонтный инструмент; 3). Документы, продукты питания, спальные и туалетные принадлежности, СИЗ
- 20. Что необходимо сделать в квартире перед отправлением на сборный эвакуопункт:** 1). Закрыть окна и форточки, отключить все осветительные и электронагревательные приборы, закрыть краны водопроводной и газовой сетей; 2). Закрыть и забить досками окна и форточки, отключить все осветительные и электронагревательные приборы, вывернуть электролампочки, закрыть краны водопроводной и газовой сетей; 3). закрыть окна и форточки, краны водопроводной и газовой сетей, произвести влажную уборку помещений, все вещи с баллона и коридоров внести в комнату.
- 21. Государственная структура, обеспечивающая систему мероприятий по защите и подготовке к ней населения, материальных и культурных ценностей на территории РФ от опасностей, возникающих при ведении военных действий, называется** 1). Гражданская оборона; 2). РСЧС; 3). Вооруженные силы РФ
- 22. Из приведенных задач выберите те, которые являются задачами ГО:** 1). Эвакуация населения, материальных и культурных ценностей в безопасные районы; 2). Эвакуация раненых с места военных действий в безопасные районы; 3). Тушение пожаров в жилых и общественных зданиях в мирное время; 4). Оповещение населения об опасностях военного времени; 5). Принятие мер по организации медицинского обслуживания населения; 6). Проведение аварийно-спасательных работ.
- 23. В чем заключается предназначение РСЧС :** 1). Оповещение населения об опасностях военного времени; 2) Прогнозирование ЧС; 3). Снижение потерь и ущерба от ЧС; 4). Предотвращение ЧС; 5). Ликвидация ЧС.
- 24. Поток лучистой энергии, продолжительностью до 20с, вызывающий массовые пожары:** 1). Проникающая радиация; 2). Световое излучение; 3). Поток гамма-квантов и нейтронов

25. Поток гамма-квантов и нейтронов при взрыве ядерного боеприпаса, является поражающим фактором, называемым: 1). Световым излучением; 2). Ионизирующим излучением; 3). Ударной волной

26. В каком году впервые было применено ядерное оружие: 1). 1939г; 2). 1944г; 3). 1945г

Найдите психотропные ОВ: 1). ВЗ; 2). Адамсит; 3). ДЛК

27. Какие инфекционные заболевания могут использовать в качестве биологического оружия:

1). Чума; 2). Грипп; 3). Оспа; 4). Ветряная оспа; 5). Дизентерия; 6). Сибирская язва

28. Какой сигнал оповещения населения использовался при нападении противника во время 2-ой мировой войны:

1). «Внимание всем!»; 2). «Воздушная тревога»; 3). «Отбой воздушной тревоги»;

4). «Химическая тревога»; 5). «Радиационная опасность».

29. Если сигнал об угрозе нападения противника застал вас на улице, необходимо:

1). Укрыться в том районе, где застал сигнал; 2). Быстро попасть домой; 3). Сообщить родственникам о тревоге

30. При каких условиях противогаз носится в положении «наготове»:

1). При угрозе заражения, после информации по радио и по команде «Противогазы готовы!»;

2). По сигналу «Воздушная тревога»; 3) При условии, когда обнаружены признаки применения отравляющих веществ

31. Толщина грунтовой обсыпки перекрытия щели должна быть не менее: 1). 40см; 2).60см; 3).80см

32. Прибывающие в убежище должны иметь с собой: 1). СИЗ; 2).3-х суточный запас воды и продуктов; 3).самые необходимые вещи, предметы гигиены; 4).самые ценные вещи и драгоценности; 4).деньги и документы; 5).радиоприемники

33. Запрещено приносить в защитное сооружение: 1).громоздкие вещи; 2).легковоспламеняющиеся вещества; 3).приводить домашних животных.

34. Частичную санитарную обработку при заражении капельно-жидкими отравляющими веществами проводят немедленно в зоне заражения. Для этого необходимо:

1) не снимая противогаза, обработать открытые участки кожи, на которое попала ОВ, а затем зараженные места одежды и лицевую часть противогаза раствором из ИПП;

2). снять противогаз, обработать его лицевую часть раствором из ИПП, затем обработать зараженные места одежды, снять ее и обработать тело;

3).снять одежду и противогаз, обработать раствором из ИПП участки кожи, на которые попало ОВ

35. Назовите виды санитарной обработки:

1). Профилактическая; 2). Полная; 3). Частичная; 4).Срочная

Задание 2

36. Удаление и обезвреживание вредных веществ, попавших на кожу, одежду и СИЗ, самостоятельно в очаге или сразу после выхода из него, используя индивидуальные специальные средства или подручные материалы:

1). Санитарная обработка; 2). Полная санитарная обработка; 3). Частичная санитарная обработка

37. Основным способом эвакуации является:

1).Пеший; 2).На транспорте; 3). Комбинированный

38. О чем должны позаботиться родители при эвакуации?

1). Научить детей произносить свои Ф.И.О.; 2). Захватить документы на детей; 3).пришить к одежде бирку с указанием Ф.И.О., года рождения, адреса и пункта эвакуации

39. Введение гражданской обороны на территории Российской Федерации начинается:

1). С момента объявления состояния войны, фактического начала военных действий или введения Президентом страны военного положения на территории РФ;

2). С момента объявления или введения Президентом РФ чрезвычайного положения на территории РФ или в отдельных ее местностях; 3). С началом объявления о мобилизации взрослого населения.

40. Постоянно действующим органом РСЧС на федеральном уровне является:

1). Региональные центры ГОЧС; 2). Отделы ГОЧС; 3).МЧС.

41. Система, осуществляемая государственную политику в области безопасности жизнедеятельности:

1). ГО; 2).РСЧС; 3). МВД.

42.Распределите зоны радиоактивного заражения в зависимости от эпицентра взрыва:

1) Зона сильного заражения; 2) Зона умеренного заражения; 3) Зона чрезвычайно опасного заражения; 4)

Зона опасного заражения

43. Укажите ОВ кожно-нарывного действия: 1). Иприт; 2). Зоман; 3). Люизит; 4). Адамсит

44. Система наиболее строгих изоляционно-ограничительных противоэпидемических мероприятий для предотвращения распространения заболеваний из очагов бактериологического поражения и его ликвидации:

1). Блокада; 2). Карантин; 3). Оцепление

45. Из каких основных частей состоит противогаз ГП-5:

1). Маски; 2). Фильтрующе-поглощающей коробки; 3). Шлем-маски; 4). Наголовника; 5). Клапанного узла

46. Какой сигнал оповещения населения о ЧС установлен в наше время:

1). «Внимание всем!»; 2). « Воздушная тревога»; 3). « Отбой воздушной тревоги»; 4). « Химическая тревога»; 5). « Радиационная опасность».

47. Как следует поступить, если на улице вы услышали непрерывные гудки предприятий, сирен, гудки автомобилей:

1). Немедленно отправиться домой; 2). Укрыться в убежище; 3). Добраться до радиоточки и прослушать сообщение штаба ГО

48. Средства коллективной защиты – это:

1). Инженерные сооружения ГО для защиты от оружия массового поражения и других современных средств нападения; 2). Легкие сооружения для защиты населения от побочного действия атмосферы; 3). Средства защиты органов дыхания

49. От каких поражающих факторов защищает противорадиационное укрытие:

1). Орт радиоактивного заражения; 2). От химического и бактериологического оружия; 3). От ударной волны, радиоактивного заражения и химического оружия

50. Защитное сооружение, в котором можно укрыть людей от высоких температур, продуктов горения, опасных химических веществ, проникающий и радиоактивной пыли: 1). ПРУ;

2). Убежище; 3). Укрытие

51. Какой режим движения используется при эвакуации в пешем порядке?

1). Малые привалы по 10-15 мин., через 1-1,5 ч и большой на 1-2 ч во второй половине дня; 2). 15 мин. отдыха на каждые 3ч движения; 3). В зависимости от обстановки.

52. Гражданская оборона – это:

1). Система мероприятий по подготовке и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории РФ от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;

2). Система обеспечения постоянной готовности органов государственного управления для быстрых и эффективных действий по организации первоочередного жизнеобеспечения населения при ведении военных действий на территории РФ;

3). Система мероприятий по прогнозированию, предотвращению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в военное время

53. Управляющим органом РСЧС является:

1). МЧС; 2). Штаб ГО; 3). МВД;

54. Световое излучение – это:

1). Поток лучистой энергии, включающей ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи; 2). Поток невидимых нейтронов; 3). Поток гамма-лучей и нейтронов.

55. Проникающая радиация – это:

1). Поток радиоактивных протонов; 2). Поток невидимых нейтронов; 3). Поток гамма-лучей и нейтронов.

56. Под влиянием ионизации в организме человека возникают биологические процессы, приводящие:

1). К нарушению жизненных функций отдельных органов и развитию лучевой болезни;

2). К нарушению деятельности центральной нервной системы и опорно-двигательного аппарата;

3). К нарушению деятельности сердечно-сосудистой системы и ухудшению зрения.

57. При внешнем облучении, какие излучения вызывают наибольшие поражения:

1). Альфа – частицы; 2). Бета-частицы; 3). Поток гамма-квантов и нейтронов

58. Найдите раздражающие ОВ: 1). BZ; 2). VX – газы; 3). CS; 4). Адамсит

59. Оружие, основанное на болезнетворных свойствах микроорганизмов:

1). Биологическое; 2). Массовое; 3). Ядерное

60. К средствам индивидуальной защиты органов дыхания относятся:

1). Респираторы; 2). Общевоинские защитные костюмы; 3). Противогазы; 4). Дополнительный патрон ДПГ-1; 5). Ватно-марлевые повязки

61. Находясь дома, вдруг слышите прерывистые гудки предприятий и машин. Что они означают и каковы ваши действия:

1). Это сигнал «Радиоактивная опасность». Вы плотно закройте все форточки и двери,
2). Это сигнал «Внимание всем!». Услышав его, вы немедленно включите телевизор, радиоприемник и будете слушать сообщение, 3). Немедленно покинете помещение и спуститесь в убежище.

62. К простейшим средствам защиты органов дыхания относятся:

1). Фильтрующие гражданские и промышленные противогазы; 2). Фильтрующие детские и изолирующие противогазы и респираторы; 3). Ватно-марлевая повязка и противопылевая тканевая маска.

63. В каких положениях носится противогаз: 1). Походное; 2). Стартовое; 3). Наготове; 4). Боевое; 5). Рабочее; 6). Аварийное.

64. Какое защитное сооружение роется в земле в виде траншеи, закрывается сверху бревенчатым накатом и земляной насыпью 1). ПРУ; 2). Щель; 3) Перекрытая щель

65. Какие помещения можно приспособить под ПРУ? 1) Подвалы; 2). Погреб; 3). Лестничные клетки; 4). Помещения 1 этажа; 5). Шахту лифта.

66. При одновременном заражении радиоактивными, ОВ и бактериальными средствами частичная санитарная обработка проводится в такой последовательности:

1). Обеззараживание ОВ, радиоактивных веществ, бактериальных средств; 2). Обеззараживание биологических средств, радиоактивных веществ, бактериальных средств, ОВ;
3). Обеззараживание радиоактивных веществ, вредных веществ, бактериальных средств

67. Каков порядок санитарной обработки: 1). СИЗ; 2). Одежда; 3). Кожа; 4) Обувь

68. Уничтожение возбудителей заразных болезней во внешней среде:

1). Дезинфекция; 2). Дегазация; 3). Дезинсекция

69. Чем можно проводить дезактивацию при отсутствии специальных средств: 1). Раствором стиральных порошков; 2). Бензином или керосином; 3). Ацетоном

70. Организованный вывоз рабочих и служащих, работающих предприятий на проживание в безопасную пригородную зону: 1). Рассредоточение; 2). Обсервация; 3). Расселение

ВСР №15 Составить варианты текстовых сообщений при аварии на промышленных объектах.

1. При угрозе радиоактивного заражения

2. Речевое оповещение о пожаре

3. При аварии на АЭС

3. При наводнении:

Пример: авария на химически опасном объекте. Какую информацию должно получить население? Возможен такой вариант:

«Внимание! Говорит штаб по делам ГО и ЧС города (области). Граждане! Произошла авария на хлопчатобумажном комбинате с выбросом хлора – ядовитого сильнодействующего вещества. Облако зараженного воздуха распространяется в (таком-то) направлении. В зону химического заражения попадают...(идет перечисление улиц, кварталов, районов). Населению, проживающему на улицах... (таких-то), из помещений не выходить. Закрыть окна и двери, произвести герметизацию квартир. В подвалах, нижних этажах не укрываться, так как хлор тяжелее воздуха в 2,5 раза (стелется по земле) и заходит во все низинные места, в том числе и в подвалы. Населению, проживающему на улицах... (таких-то), немедленно покинуть жилые дома, учреждения, предприятия и выходить в районы... (перечисляются). Прежде чем выходить, наденьте ватно-марлевые повязки, предварительно смочив их водой или 2% -м раствором питьевой соды. Сообщите об этом соседям. В дальнейшем действуйте в соответствии с нашими указаниями».

ВСП №16 Решите ситуационные задачи

Задача №1 В гостинице «Тельбес» проводилась проверка, и было выявлено, что имеется план проведения мероприятий по ГО, но нет системы оповещения, не осуществляется обучение работников в области ГО. Был составлен акт «О ликвидации данных нарушений». Каким законодательством пользовалась данная комиссия?

Задача №2 В техникуме проводилась учебная тревога. Молодой учитель математики не вывел детей из здания, так как у них была контрольная работа. Правильно ли поступил учитель?

Задача №3 Организация ОАО «Евразруда» решила провести 10.05.2013г. мероприятие по ГО, а именно: ликвидация последствий после выброса химических веществ. Кто будет финансировать данное мероприятие?

Задача №4 В Турции произошла ЧС на АЭС (погибло более 500 человек) Из России на помощь в ликвидации были отправлены войска ГО. Каким правовым документам будут подчиняться войска ГО?

Задача №5 В органы местного самоуправления поступил сигнал о том, что нужно провести мероприятия по подготовке к эвакуации населения, материальных и культурных ценностей в безопасные районы. Руководитель отказался от проведения этих мероприятий, объяснив, что нет финансов для проведения данного мероприятия. Прав ли руководитель местного самоуправления?

ВСП №17 Составить схему «Защитные сооружения гражданской обороны»

Оценка работы: При выставлении оценки учитывается красочность, аккуратность оформления схемы, системность и целостность подобранной информации.

Виды выполнения: индивидуально

Задание: Составление схемы «Защитные сооружения гражданской обороны»

Алгоритм действий:

Схема- совокупность составляющих объекта и взаимосвязей между ними, а также изображение или словесное описание, поясняющее эту совокупность; обобщённое изображение какой-либо структуры;

Перед составлением схемы прочтите текст целиком.

Выделите в нем основные положения, понятия, идеи, формулы. Постарайтесь уловить главную мысль и установите взаимосвязи в тексте.

Во время прочтения материала первый раз мысленно подразделяйте его на пункты. Подумайте, что вы будете включать в схему для раскрытия.

При создании схемы важно, чтобы информация воспринималась легко и быстро, поэтому применяйте оформительские средства.

Литература.

1. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности-М. : Издательский цент «Академия», 2013.
2. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10—11 кл. – М., 2007.
3. Большой энциклопедический словарь. – М., 1997.
4. Васнев В.А. Основы подготовки к военной службе: Кн. для учителя / В.А.Васнев, С.А.Чиненный. — М., 2002.

ВСП №18 Тест по теме «Терроризм.»

1. В какой стране впервые появилось понятие «терроризм»?
А. Великобритания. Б. Франция. В. США. Г. Ирак.
2. Что не является главной целью террористов?
А. Психологическое воздействие. Б. Уничтожение противника.

- В. Самореклама. Г. Способ достижения цели.
3. **Какие причины терроризма не являются политическими?**
- А. Столкновение интересов двух государств.
 - Б. Разжигание национальной розни.
 - В. Недовольство деятельностью правительства.
 - Г. Возрастание социальной дифференциации.
4. **Террористическая группировка, захватившая в заложники Спортсменов Израиля на Олимпийских играх в Мюнхене**
- А. «Чёрный сентябрь». Б. «Бхагат Сингх».
 - В. «Молодой Египет». Г. «Мусульманское братство».
5. **Жертва выстрела агента охраны Богрова**
- А. Александр П. Б. П. А. Столыпин. В. Александр I.
 - Г. Бисмарк.
6. **В каком году в СССР произошёл взрыв в вагоне московского метро?**
- А. 1987. Б. 1997. В. 1967. Г. 1977.
7. **Что такое «диверсия»?**
- А. убийство диктаторов. Б. партизанская война в городе.
 - В. операция по уничтожению коммуникаций и живой силы противника в тылу врага.
8. **Главный способ финансирования террористической деятельности**
- А. криминальная деятельность Б. банковские вложения
 - В. частные пожертвования Г. правительственные ассигнования.
9. **Термин «терроризм» и «террор» стал широко употребляться со времён:**
- А. Английской буржуазной революции XVII в.
 - Б. Французской буржуазной революции 1789 г.
 - В. Великой октябрьской социалистической революции в России в 1917 г.
 - Г. Нидерландской революции XVI в.
10. **Несмотря на отсутствие общепринятого определения понятия «терроризм», тем не менее, практически все его определения трактуют «терроризм» как способ решения:**
- А. Политических проблем путем убеждения
 - Б. Экономических проблем путем реформирования
 - В. Политических проблем методом насилия
 - Г. Экономических проблем методом насилия.
11. **При освобождении заложников возникла перестрелка. Что нужно, чтобы пуля не попала в тебя**
- А. сразу лечь,
 - Б. оглядеться в поисках укрытия,
 - В. можно укрыться за ближайшим автомобилем или под ним,
 - Г. проскользнуть в подворотню, подъезд или окно первого этажа.
12. **Назовите орган управления или структурное подразделение министерств и ведомств Российской Федерации, задача которого - предупреждение, выявление и пресечение террористической деятельности с корыстными целями:**
- А. Министерство внутренних дел РФ
 - Б. Служба внешней разведки РФ
 - В. Федеральная служба безопасности РФ
 - Г. Министерство обороны РФ.
13. **Найдите ошибку в перечисленных ниже правилах поведения при освобождении заложников:**
- А. расположитесь подальше от окон, дверей и самих террористов
 - Б. если во время операции используется газ, защитите органы дыхания (шарфом, платком или косынкой)
 - В. во время операции по освобождению, чтобы быстрее спастись, бегите навстречу сотрудникам спецслужб
 - Г. при освобождении выполняйте все требования сотрудников спецслужб.

14. Найдите ошибку в перечисленных ниже правилах поведения при обнаружении взрывного устройства:

- А. немедленно сообщите об обнаруженном подозрительном предмете в правоохранительные органы
- Б. исключите использование мобильных телефонов, средств связи и т.п., т.к. они способны вызвать срабатывание радио-взрывателя
- В. не дожидаясь специалистов, унесите подозрительный предмет в безопасное место.

15. Назовите методы террористов:

- А. обещание материальных благ и льгот населению
- Б. взрывы и поджоги мест массового нахождения людей, захват больниц, роддомов и др.
- В. правовое урегулирование проблемных ситуаций
- Г. демонстрация катастрофических результатов террора
- Д. использование бактериальных, химических и радиоактивных средств поражения населения.

16. Меры противодействия террористическим актам:

- А. подвальные и чердачные помещения оставить свободными для входа
- Б. в вагоне поезда, метро, в салоне автобуса не прикасаться к пакетам, оставленным без присмотра
- В. на чердаках можно хранить макулатуру и другие непригодные вещи
- Г. постарайтесь запомнить приметы подозрительных людей и сообщить о них сотрудникам правоохранительных органов

Д. на входные двери в подъезд в жилых домах необязательно устанавливать домофоны.

17. При захвате самолета или автобуса следует ...

- А. не привлекать внимание террористов
- Б. обращаться к террористам с просьбами
- В. оказывать террористам содействие
- Г. выдвигать требования и протестовать

18. Посоветуйте безопасные действия для группы людей при захвате их террористами:

- А. выражать свое неудовольствие, кричать, призывать на помощь
- Б. проинформировать захватчиков о социальном статусе заложников
- В. не задавать вопросы и не смотреть террористам в глаза.

19. Согласно ст. 205 УК РФ за терроризм предусмотрено наказание:

- А. административный штраф и конфискация имущества
- Б. лишение свободы на срок от 6 до 15 лет и более лет, а также пожизненное заключение
- В. наложение ареста на недвижимость и заключение под стражу.

ВСР №19 Ответить на контрольные вопросы

1. Каковы функции противопожарной службы Российской Федерации?
2. Какие задачи решает полиция Российской Федерации?
3. Охарактеризуйте деятельность службы скорой медицинской помощи.
4. Каковы функции государственной санитарно-эпидемиологической службы Российской Федерации?
5. Назовите принципы, лежащие в основе гидрометеорологической службы России.

ВСР №20 Составить схему организационной структуры ВС РФ

ВСР №1\2 Подготовить сообщение по темам.

1. Порядок призыва на военную службу граждан РФ, зачисленных в запас с присвоением воинского звания офицера.
2. Для какой цели осуществляется и как организуется медицинское освидетельствование призывников?

ВСР №2\2

ВСП №3\2 Подготовить сообщения по темам

1. «Военная служба по контракту, основные условия прохождения военной службы по контракту».
2. «Сроки военной службы по контракту. Первый и новый контракты о прохождении военной службы».
3. «Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту».

ВСП №4\2 Ответить на контрольные вопросы

1. Дайте определение альтернативной гражданской службы.
2. Каковы исторические традиции организации альтернативной гражданской службы в России?
3. Что составляет правовую основу альтернативной гражданской службы в России?
4. Кто имеет право на прохождение альтернативной гражданской службы?
5. В каких случаях может быть отказано в прохождении альтернативной гражданской службы?
6. Каков порядок прохождения альтернативной гражданской службы?
7. Каковы сроки альтернативной гражданской службы?

ВСП №5\2, ВСП №6\2

Составить опорный конспект о статусе военнослужащего

Опорный конспект - краткая логическая информационная структура, обобщающая и отражающая суть материала лекции, темы учебника. Опорный конспект призван выделить главные объекты изучения, дать им краткую характеристику, используя символы, отразить связь с другими элементами. Основная цель опорного конспекта — облегчить запоминание. В его составлении используются различные базовые понятия, термины, знаки (символы) — опорные сигналы. Опорный конспект это — наилучшая форма «шпаргалки» при подготовке к ответу и в процессе ответа. Он может быть представлен: системой взаимосвязанных геометрических фигур, содержащих блоки концентрированной информации в виде ступенек логической лестницы; рисунка с дополнительными элементами и др.

При составлении опорного конспекта:

- изучите материал темы, выберите главное и второстепенное;
- установите логическую связь между элементами темы;
- представьте характеристику элементов в краткой форме;
- выберите опорные сигналы для акцентирования главной информации и отобразите их в структуре работы;
- оформите опорный конспект.

ВСП №7\2 Решите ситуационные задачи

Задача №1

Командир полка отдал приказ старшему прапорщику П. вывезти с территории леспромхоза 20 бревен для строительства укрытия для личного состава на учебном полигоне части. При этом никаких документов на вывоз имущества он старшему прапорщику не представил. Автомобиль части, загруженный бревнами, был остановлен при выезде с территории леспромхоза охраной этого предприятия и задержан. Прапорщика П. охрана обвинила в попытке совершения кражи. Кто будет нести ответственность за действия: старший прапорщик П. или командир полка?

Задача №2.

Рядовой И. вступил в пререкания со своим командиром отделения младшим сержантом К. и при этом оскорбил его, употребив нецензурное выражение. Этот случай произошел на утреннем осмотре и был связан с предъявлением рядовому И. требований, предусмотренных Уставом внутренней службы Вооруженных сил Российской Федерации. Какую ответственность — уголовную или дисциплинарную —

ВСП №8\2 Заполните карточку

1. Заполните в таблице пустые ячейки:

Составы военнослужащих	Воинские звания	
	войсковые	корабельные
		матрос, старший матрос
Сержанты и старшины	младший сержант, сержант, старший сержант, старшина	
Прапорщики и мичманы	прапорщик, старший прапорщик	мичман, старший мичман
Младшие офицеры		
Старшие офицеры		капитан 3-го ранга, капитан 2-го ранга, капитан 1-го ранга
Высшие офицеры	генерал-майор, генерал-лейтенант, генерал-полковник, генерал армии	
–	Маршал Российской Федерации	

2. Напишите порядок присвоения воинских званий.

ВСП №9\2 Подготовить сообщение по темам

1. Ритуал вручения Боевого Знамени
2. Ритуал приведения к военной присяге

ВСП №10\2 Составить сообщения о людях проживающих на Южном Урале имеющих ордена и награды

ВСП №11\2 Составить кроссворд по теме

Общие требования для составления кроссвордов:

1) Все слова должны быть существительными в именительном падеже. Допускается использование числительных и прилагательных в отдельных случаях (названия населенных пунктов, фамилии и т.д.) Исключения составляют языковые грамматические кроссворды, включающие различные части речи в разных формах. Желательно применять единственное число, но в контексте возможны варианты (рог - рога, волос - волоса, человек - люди)

2) Все слова читаются только слева направо или сверху вниз. Любые сочетания букв, стоящих в соседних клетках (но не по диагонали) должны составить какое-нибудь слово.

3) Следует забыть про принципы чайнворда, когда последняя буква одного слова является первой буквой другого, находящегося на одной линии.

4) Каждое слово, за исключением состоящих из двух-трех букв (а по возможности и они тоже) должны пересекаться другими словами не менее двух раз, т.е. проверяться как можно большим числом букв. Это необходимо для удобства отгадывания в последствии.

Самое главное научиться правильно составлять сетку. Это две трети всех трудозатрат. Но перед составлением вопросов к словам важно еще и правильно пронумеровать их. А делается это так: в сетке слов, выполненной на листочке в клетку, внимательно с самой верхней строки, слева направо ищут буквы, начальные для какого-нибудь слова, и присваивают им очередные номера. По окончании же выписываются все слова по горизонтали, затем по вертикали. Вопросы могут быть заданы в любой творческой форме - картинки, пропущенные слова в фразе, синонимы, антонимы и т.д. Общее правило – вопрос должен быть коротким.

Относительно сложности вопросов и кроссворда в целом существует несколько точек зрения.

1) Должны быть кроссворды легкие для начинающих, средние для остальных и сложные для интеллектуалов.

2) В одном кроссворде должны встречаться вопросы всех типов сложности, чтобы любой смог его решить (возможно частично).

3) Сложные слова должны на 90 - 100% проверяться простыми, чтобы у начинающих возникла иллюзия, будто они сами отгадали сложное слово.

4. Объем кроссворда не менее 10 слов.

ВСП №12\2 Решение практических задач

Вы должны прочитать задачу и определить тип кровотечения, назвать его признаки.

Задача №1

При аварии у мотоциклиста повреждена рука. Из раны кровь сначала бьет фонтаном, а затем идет пульсирующей струей ярко-алого цвета. Какой сосуд поврежден? Докажите.

Задача №2

Повреждена рука. Из раны несильно идет кровь темно-вишневого цвета. Какой сосуд поврежден? Докажите.

Задача №3

Сын решил сделать сюрприз маме – приготовить ужин. Когда он чистил овощи, то порезал палец. Кровь идет не сильно, но вся поверхность раны кровоточит. Какое кровотечение у мальчика? Докажите.

Задача №4

Во время перемены мальчики веселились, бегали по коридору, толкали друг друга. После очередного неудачного толчка один мальчик получил очень сильный удар в живот. Через некоторое время он почувствовал себя плохо: у него выступил липкий пот, появилась одышка, стала кружиться голова, лицо стало бледным. Он обратился в медпункт. Какой предварительный диагноз может поставить врач?

ВСП №13\2 Решите ситуационную задачу

Задача № 1

В походе туристу деревом придавило ноги. Он в таком состоянии находится уже более 2-ух часов, но в сознании.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:

1. поднять дерево и освободить ноги
2. не поднимать дерево и не тревожить пострадавшего до прибытия спасательных служб, даже если на их ожидание потребуются сутки
3. снять обувь и обложить ноги и обложить ноги ниже препятствия бутылками или фляжками с горячей водой (воду согреть на костре)
4. обложить ноги бутылками и фляжками, заполненными ледяной родниковой водой

5. туго забинтовать ноги до места повреждения
6. предложить обильное теплое питье (например, чай из термоса)
7. исключить прием, какой-либо жидкости
8. дать 2-3 таблетки анальгина
9. наложить защитные жгуты на бедра выше места сдавливания
10. постоянно растирать и массировать ноги до освобождения пострадавшего
11. наложить импровизированные шины от подмышек до пяток
12. наложить импровизированные шины от паховой складки до пяток
13. туго забинтовать до паховых складок
14. переносить или перевозить пострадавшего только на носилках, даже при удовлетворительном самочувствии

Задача № 2

На твоих глазах грузовой машиной сбит пешеход. Он без сознания, лежит на спине. Его лицо в крови, правая нога неестественно подвернута, а во круг нее растекается лужа крови. Дыхание шумное, с характерным свистом на вздохе.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:

1. наложить импровизированную шину на правую ногу.
2. вытереть лицо от крови и подложить под голову подушку
3. повернуть пострадавшего на живот
4. отчистить ротовую полость от слизи и крови
5. убедиться в наличии пульса на сонной артерии
6. наложить стерильную повязку на кровоточащую рану
7. оттащить пострадавшего с проезжей части на безопасное место
8. вызвать скорую помощь
9. оставить пострадавшего на месте и ждать прибытия скорой помощи
10. наложить кровоостанавливающие жгуты

ВСР №14\2 Заполнить таблицу

Инфекционные заболевания	Причины возникновения	Механизм их передачи

ВСР №15\2 Написать письмо.

Написать письмо необычному “адресату” – вирусу иммунодефицита человека. Что вы можете сообщить ему? (О его "завоеваниях", "победе" над какими людьми). Что вы еще хотите рассказать ему? Знаете ли вы количество пострадавших от него ребят в нашем городе? С чем связано развитие ВИЧ-эпидемии? В послании рекомендуйте написать, что человечество одержит над ним победу (ученые разработают против него защитную прививку (вакцину) или эффективные лекарства). Будет ли "символическое послание" серьезным или шуточным – остается на усмотрение ребят.

ВСР №16\2 Составить кроссворд по теме « Инфекции передаваемые половым путем»

Общие требования для составления кроссвордов:

1) Все слова должны быть существительными в именительном падеже. Допускается использование числительных и прилагательных в отдельных случаях (названия населенных пунктов, фамилии и т.д.) Исключения составляют языковые грамматические кроссворды, включающие различные части речи в разных формах. Желательно применять единственное число, но в контексте возможны варианты (рог - рога, волос - волоса, человек - люди)

2) Все слова читаются только слева направо или сверху вниз. Любые сочетания букв, стоящих в соседних клетках (но не по диагонали) должны составить какое-нибудь слово.

3) Следует забыть про принципы чайворда, когда последняя буква одного слова является первой буквой другого, находящегося на одной линии.

4) Каждое слово, за исключением состоящих из двух-трех букв (а по возможности и они тоже) должны пересекаться другими словами не менее двух раз, т.е. проверяться как можно большим числом букв. Это необходимо для удобства отгадывания в последствии.

Самое главное научиться правильно составлять сетку. Это две трети всех трудозатрат. Но перед составлением вопросов к словам важно еще и правильно пронумеровать их. А делается это так: в сетке слов, выполненной на листочке в клетку, внимательно с самой верхней строки, слева направо ищут буквы, начальные для какого-нибудь слова, и присваивают им очередные номера. По окончании же выписываются все слова по горизонтали, затем по вертикали. Вопросы могут быть заданы в любой творческой форме - картинки, пропущенные слова в фразе, синонимы, антонимы и т.д. Общее правило – вопрос должен быть коротким.

Относительно сложности вопросов и кроссворда в целом существует несколько точек зрения.

1) Должны быть кроссворды легкие для начинающих, средние для остальных и сложные для интеллектуалов.

2) В одном кроссворде должны встречаться вопросы всех типов сложности, чтобы любой смог его решить (возможно частично).

3) Сложные слова должны на 90 - 100% проверяться простыми, чтобы у начинающих возникла иллюзия, будто они сами отгадали сложное слово.

4. Объем кроссворда не менее 10 слов.

ВСП №17\2 Заполнить таблицу

Методы контрацепции (не менее 4)

Преимущества	Недостатки

ВСП №18\2 Подготовить сообщения.

Тема: Искусственное прерывание беременности.

Тема: Заболевания женщины представляющие угрозу для будущего ребенка.

ВСП №19\2 Составить опорный конспект по вопросам

1. Периоды беременности и состояние матери
2. Развитие плода.

Опорный конспект - краткая логическая информационная структура, обобщающая и отражающая суть материала лекции, темы учебника. Опорный конспект призван выделить главные объекты изучения, дать им краткую характеристику, используя символы, отразить связь с другими элементами. Основная цель опорного конспекта — облегчить запоминание. В его составлении используются различные базовые понятия, термины, знаки (символы) — опорные сигналы. Опорный конспект это — наилучшая форма «шпаргалки» при подготовке к ответу и в процессе ответа. Он может быть представлен: системой взаимосвязанных геометрических фигур, содержащих блоки концентрированной информации в виде ступенек логической лестницы; рисунка с дополнительными элементами и др.

При составлении опорного конспекта:

- изучите материал темы, выберите главное и второстепенное;
- установите логическую связь между элементами темы;
- представьте характеристику элементов в краткой форме;
- выберите опорные сигналы для акцентирования главной информации и отобразите их в структуре работы;
- оформите опорный конспект.

ВСП №20\2 Заполнить таблицу

Процедуры ежедневного ухода за новорожденным	Процедуры еженедельного ухода за новорожденным
--	--

Это вид самостоятельной работы по систематизации объемной информации, которая сводится (обобщается) в рамки таблицы. В рамках таблицы наглядно отображается, как одноплановый материал (раздел одной темы), так и многоплановый (разделы разных тем).

При составлении таблицы необходимо:

- изучить информацию по теме;
- выбрать оптимальную форму таблицы;
- максимально сжать информацию и заполнить ею основные графы таблицы;
- пользуясь готовой таблицей, эффективно подготовиться к контролю по заданной теме.

Примерная тематика рефератов

1. Типология чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени и влияние этих ситуаций на среду, окружающую человека.
2. Природные явления, вызывающие чрезвычайные ситуации в конкретном районе проживания, особенности деятельности, уменьшающие отрицательные последствия таких ситуаций.
3. Безопасность, ее составляющие, характеристика мероприятий, повышающих безопасность жизни в современных условиях.
4. Криминальные ситуации, причины их возникновения и их роль в нарушении безопасного существования человека в среде его обитания.
5. Особенности поведения отдельной личности, снижающего риск в ситуациях криминального характера.
6. Анализ причин возникновения криминальных ситуаций и роль подростков в возникновении ситуаций криминального характера.
7. Ответственность несовершеннолетних в нарушении правопорядка и правовые основы снижения риска возникновения криминальных ситуаций.
8. Автономное существование, причины попадания людей в такие ситуации и характеристика действий, способствующих выживанию в данных условиях.
9. Государственная структура, способствующая преодолению последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени, ее компоненты, предназначение и задачи.

10. Анализ нормативно-правовой базы, обеспечивающей безопасность граждан Российской Федерации.
11. Гражданская оборона, ее структура, предназначение, задачи и особенности на современном этапе развития Российского государства.
12. Характеристика особенностей чрезвычайных ситуаций, связанных с применением ядерного оружия или авариями на атомных электростанциях.
13. Характеристика чрезвычайных ситуаций, связанных с попаданием в окружающую человека среду сильнодействующих ядовитых химических соединений за счет аварий на промышленных предприятиях или использования этих веществ в качестве химического оружия.
14. Характеристика чрезвычайных ситуаций, связанных с массовым попаданием в среду болезнетворных микроорганизмов, вызывающих эпидемии, и анализ причин возможного попадания их в среду обитания человека.
15. Здоровье, его компоненты, взаимосвязь здоровья и безопасной жизнедеятельности человека.
16. Особенности здорового образа жизни.
17. Привычки, их виды, краткая характеристика наиболее важных привычек и их роли в реализации здорового образа жизни.
18. Вредные привычки, обоснование их «вредности» с социальных позиций и с точки зрения влияния на здоровье индивидуума.
19. Алкоголизм, причины его возникновения, его влияние на личность и общество.
20. Наркомания и токсикомания – бич современной цивилизации.
21. Факторы, обеспечивающие оптимальный уровень здоровья, оптимистическое восприятие жизни и активное долголетие.
22. Влияние экологической обстановки региона на здоровье.
23. Взаимосвязь проблем экологии, здорового образа жизни и здоровья (индивидуального и общественного).
24. Как и почему возникли Вооруженные силы государства (на примере России).
25. Обороноспособность государства как один из важнейших факторов, обеспечивающих безопасность жизнедеятельности на всех ее уровнях.
26. Особенности современной структуры Вооруженных сил Российской Федерации и краткая характеристика отдельных видов и родов войск.

27. Символы воинской чести и славы в Российской Федерации.
28. Особенности воинской службы, отличающие ее от других видов государственной службы.
29. Воинский долг и воинская дисциплина.
30. Морально-психологические качества защитника отечества.
31. Нравственность как основа безопасной жизнедеятельности гражданина России.
32. Семья как основа обеспечения здорового образа жизни.
33. Нарушения целостности организма, систем органов и отдельных органов в различных жизненных ситуациях.
34. Производство как источник опасности для жизнедеятельности человека (на примере конкретного производства).
35. Меры профилактики, способствующие снижению уровня опасности для жизнедеятельности человека (на примере конкретного производства).
36. Характеристика приемов первой медицинской помощи при ранениях и травмах (нарушениях кожных покровов, повреждениях внутренних органов).
37. Кровотечения, их виды и характеристика приемов первой медицинской помощи при разных кровотечениях.
38. Нарушения опорно-двигательного аппарата и приемы первой медицинской помощи при переломах и вывихах.
39. Нарушения сердечно-сосудистой системы и приемы первой медицинской помощи в этих ситуациях.
40. Характеристика чрезвычайных ситуаций, которые могут возникать в результате нарушения технологии производственного процесса (на примере конкретных производств).
41. Характеристика чрезвычайных ситуаций, при которых необходимо использовать индивидуальные средства защиты кожи и органов дыхания; общая характеристика этих средств.
42. Характеристика ситуаций (в том числе и производственных), в которых возможно поражение электрическим током, и приемов первой медицинской помощи в этих ситуациях.

43. Характеристика опасностей, которые грозят молодому человеку на берегу водоема в жаркий солнечный день, и приемов первой медицинской помощи в возникших опасных ситуациях.
44. Характеристика правовых основ военной службы по призыву.
45. Военная дисциплина и ее роль в обеспечении боеспособности Вооруженных сил.
46. Ордена как символы воинской славы.
47. Морально-психологические качества воина Вооруженных сил.
48. Характеристика Военно-морского флота Российской Федерации (аналогично и другие виды и рода войск).
49. Альтернативная гражданская служба, ее отличия от воинской службы.
50. Обзор истории возникновения и развития Вооруженных сил Российской Федерации.