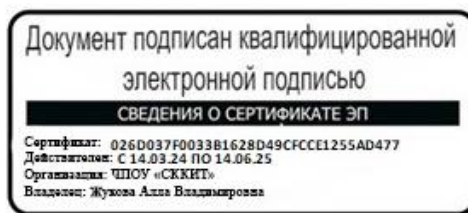


**Частное профессиональное образовательное учреждение
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

Рассмотрена и утверждена
на Педагогическом совете
от 27.03.2025 Протокол № 03



УТВЕРЖДАЮ
Директор ЧПОУ «СККИТ»
А.В. Жукова
«27» марта 2025

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**31.02.04 МЕДИЦИНСКАЯ ОПТИКА
МЕДИЦИНСКИЙ ОПТИК-ОПТОМЕТРИСТ**

Согласовано:

Заместитель директора по учебно - методической работе С.В. Марченко

Проверено:

Руководитель специализированного центра компетенции Медицинская оптика Л.И. Макарова

Составитель:

Преподаватель И.А. Сердюков

2025 г.

Программа учебной дисциплины Безопасность жизнедеятельности разработана в соответствии с:

-Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21.07.2022 N 588 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 31.02.04 Медицинская оптика»

Укрупненная группа специальности: 31.00.00 Клиническая медицина

Организация-разработчик: Частное профессиональное образовательное учреждение «Северо-Кавказский колледж инновационных технологий»

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	<u>4</u>
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	<u>6</u>
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	<u>19</u>
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	<u>22</u>
5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ	<u>24</u>
6. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	<u>55</u>

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является обязательной частью социально-гуманитарного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 31.02.04 Медицинская оптика, квалификация – Медицинский оптик-оптометрист.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена: дисциплина Безопасность жизнедеятельности входит в социально-гуманитарный цикл (СГ.03).

1.3. Результаты освоения программы учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины Безопасность жизнедеятельности должны быть сформированы общие компетенции:

Код и название компетенции	Умения	Знания
ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составить план действия; определить необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)	актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структура плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
ОК 02 Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость	номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации

	результатов поиска; оформлять результаты поиска	
ОК 06 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	описывать значимость своей специальности; применять стандарты антикоррупционного поведения	сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по специальности; стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения
ОК 07 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности	правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; пути обеспечения ресурсосбережения

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем программы учебной дисциплины и виды работы

Вид учебной работы	Объем в академических часах очная форма обучения	Объем в академических часах заочная форма обучения
Объем учебной дисциплины	80	80
в том числе реализуемый в форме практической подготовки	46	4
в том числе из объема учебной дисциплины:		
Теоретическое обучение	34	6
Практические занятия (если предусмотрено)	46	4
Самостоятельная работа (если предусмотрена)		70
Форма контроля	Дифференцированный зачет (3 семестр)	Дифференцированный зачет (8 семестр)

2.2. Тематический план и содержание программы учебной дисциплины Безопасность жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Формы организации учебной деятельности обучающихся	Содержание форм организации учебной деятельности обучающихся	Объем часов (очная форма)	Объем часов (заочная форма)	Коды реализуемых компетенций	Уровень освоения
Тема 1. Теоретические основы обеспечения безопасности жизнедеятельности	Теоретическое обучение	Основные термины и определения безопасности жизнедеятельности. Основные понятия дисциплины (безопасность; типы безопасности; среда обитания человека; факторы среды обитания; опасность; остаточный риск; признаки опасности; источники формирования опасности; ноксосфера; гомосфера; благоприятные условия жизнедеятельности человека; безопасные условия для человека). Цель изучения дисциплины, объект и предмет дисциплины. Концепция обеспечения безопасности. Задачи БЖД. Принципы БЖД: (ориентирующие, организующие, управленческие, технические). Методы обеспечения БЖД. Надежность как средство обеспечения БЖД.	2		ОК 01, 02, 06, 07	1
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) Опрос по теме, обсуждение рефератов, Написание эссе, выполнение практических заданий	4	1		2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, подготовка реферата, подготовка к написанию эссе		7		3
Тема 2. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Защита населения и	Теоретическое обучение	Чрезвычайная ситуация (ЧС). Основные причины техногенных аварий и катастроф. Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных	2		ОК 01, 02, 06, 07	1

территорий при авариях (катастрофах) на производственных объектах		чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабу распространения и тяжести последствий Чрезвычайные ситуации военного характера: их характеристика и опасность возникновения. Особенности опасностей военного времени. Способы бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы, способы защиты населения от оружия массового поражения. Основные направления предупреждение чрезвычайных ситуаций и уменьшения потерь и ущерба от них. Мониторинг ЧС, прогнозирование чрезвычайной ситуации. Мероприятия, направленные на борьбу с терроризмом. Организация и проведение мероприятий по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций. Профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту. Промышленная безопасность производственных объектов. Опасный производственный объект. Основные причины производственных аварий и катастроф. Защита при авариях (катастрофах) на пожароопасных объектах, меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения				
--	--	--	--	--	--	--

		при пожарах. Применение первичных средств пожаротушения. Защита при авариях (катастрофах) на взрывоопасных объектах. Защита при авариях (катастрофах) на гидродинамически опасных объектах. Защита при авариях (катастрофах) на химически опасных объектах. Защита при авариях (катастрофах) на радиационно-опасных объектах				
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) Опрос по теме, решение ситуационных задач, обсуждение рефератов, защита презентаций, выполнение практических заданий	4	1		2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, подготовка реферата, подготовка презентации		5		3
Тема 3. Организационные основы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций.	Теоретическое обучение	Определение РСЧС. Задачи принципы построения. Организация РСЧС. Территориальные и функциональные подсистемы. Уровни управления РСЧС. Состав сил и средств РСЧС. Силы и средства постоянной готовности МЧС России. Режимы функционирования РСЧС Защита населения от <u>чрезвычайных ситуаций</u> , Необходимость подготовки и осуществления мероприятий по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Классификация мероприятий по защите населения: оповещение населения об опасности, его информирование о порядке действий в сложившихся чрезвычайных условиях; эвакуационные мероприятия; меры по	2	2	ОК 01, 02, 06, 07	1

		инженерной защите населения; меры радиационной и химической защиты; медицинские мероприятия; подготовку населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Использование средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения, Оказание первой медицинской помощи пострадавшим. Сущность современного терроризма. Террористическая акция. Особенности терроризма в России. Террористическая деятельность. Виды терроризма. Особенности защиты населения от терроризма.				
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки): - опрос - реферат - практические задания - презентации	4			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, подготовка реферата, подготовка презентации		5		3
Тема 4. Военная обязанность	Теоретическое обучение	1. Основные понятия о военной обязанности. 2. Военный учет. 3. Организация военного учета и его предназначение. 4. Первоначальная постановка граждан на военный учет. 5. Обязанности граждан по военному учету. 6. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на военный учет. 7. Основное содержание обязательной	2		ОК 01, 02, 06, 07	1

		подготовки гражданина к военной службе. 8. Добровольная подготовка граждан к военной службе. 9. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.				
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) - опрос - презентации - дискуссия	4			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, подготовка реферата, подготовка презентации		3		3
Тема 5 . Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба	Теоретическое обучение	Организация и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту.	2	2	ОК 01, 02, 06, 07	1

		Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военным служащим, проходящим военную службу по контракту. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.				
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) - опрос - практические задания	4			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям		3		3
Тема 6. Качества личности военнослужащего	Теоретическое обучение	Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности.	2		ОК 01, 02, 06, 07	1
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) - опрос - практические задания	4			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям		3		3
Тема 7. Боевые традиции	Теоретическое обучение	Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества.	2	2	ОК 01, 02, 06, 07	1

Вооруженных Сил России. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации		Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России — дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной				
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) - опрос - практические задания	2			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям		3		3
Тема 8. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации	Основы военной подготовки					
	Теоретическое обучение	1 Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации, их основные требования и содержание: 1.1 Структура, требования и основное содержание общевоинских уставов.	4		ОК 01, 02, 06, 07	1

		1.2 Права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. 1.3 Воинские звания. Единоначалие. Начальники и подчиненные. Старшие и младшие. 1.4 Приказ и приказание. Порядок отдачи и выполнение приказа. 1.5 Воинская вежливость и воинская дисциплина военнослужащих. 2. Внутренний порядок и суточный наряд: 2.1 Размещение военнослужащих. 2.2 Распределение времени и внутренний порядок. Суточный наряд роты, его предназначение, состав. 2.3 Дневальный, дежурный по роте. Развод суточного наряда. 3. Общие положения Устава гарнизонной и караульной службы: 3.1 Общие положения Устава гарнизонной и караульной службы. 3.2 Обязанности разводящего, часового.				
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) Опрос по теме	4			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям		3		3
Тема 9. Строевая подготовка	Теоретическое обучение	Строевые приемы и движение без оружия: строй и его элементы; виды строя; сигналы для управления строем; команды и порядок их подачи; обязанности командиров, военнослужащих перед построением и в строю.	2		ОК 01, 02, 06, 07	1
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) - опрос - практические задания	2			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям		3		3
Тема 10. Огневая подготовка из стрелкового оружия	Теоретическое обучение	1. Основы, приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия: - Требования безопасности при обращении со	2		ОК 01, 02, 06, 07	1

		стрелковым оружием. - Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке. - Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия. - Назначение, боевые свойства, материальная часть и применение стрелкового оружия, ручных противотанковых гранатометов и ручных гранат.				
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) Опрос по теме, практические задания	2	2		2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям		3		3
Тема 11. Основы тактики общевойсковых подразделений	Теоретическое обучение	1 Вооруженные Силы Российской Федерации их состав и задачи. 2. Назначение, структура мотострелковых и танковых подразделений сухопутных войск, их задачи в бою. Боевое предназначение входящих в них подразделений. Тактико-технические характеристики основных образцов вооружения и техники ВС РФ. 3. Сущность современного общевойскового боя, его характеристики и виды. Способы ведения современного общевойскового боя и средства вооруженной борьбы. 4. Основы инженерного обеспечения. Цели и основные задачи инженерного обеспечения частей и подразделений. Назначение, классификация инженерных боеприпасов, инженерных заграждений и их характеристики. Полевые фортификационные сооружения: окоп, траншея, ход сообщения, укрытия, убежища. 5. Организация воинских частей и подразделений, вооружение, боевая техника вероятного противника. - Организация, вооружение, боевая техника подразделений мпб и тб армии США.	2		ОК 01, 02, 06, 07	1

		- Организация, вооружение, боевая техника подразделений мпб и тб армии Германии.				
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) Опрос по теме, практические задания	2			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям		4		3
Тема 12. Радиационная, химическая и биологическая защита	Теоретическое обучение	Ядерное, химическое, биологическое, зажигательное оружие (Ядерное оружие. Средства их применения. Поражающие факторы ядерного взрыва и их воздействие на организм человека, вооружение, технику и фортификационные сооружения. Химическое оружие. Отравляющие вещества (ОВ), их назначение, классификация и воздействие на организм человека. Боевые состояния, средства применения, признаки применения ОВ, их стойкость на местности. Биологическое оружие. Основные виды и поражающее действие. Средства применения, внешние признаки применения. Зажигательное оружие. Поражающие действия зажигательного оружия на личный состав, вооружение и военную технику, средства и способы защиты от него). Радиационная, химическая и биологическая защита (Цель, задачи и мероприятия РХБ защиты. Мероприятия специальной обработки: дегазация, дезактивация, дезинфекция, санитарная обработка. Цели и порядок проведения частичной и полной специальной обработки. Технические средства и приборы радиационной, химической и биологической защиты).	2		ОК 01, 02, 06, 07	1
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) Опрос по теме, практические задания	2			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям		6		3
Тема 13. Военная	Теоретическое	Местность как элемент боевой обстановки.	2		ОК 01, 02,	1

топография	обучение	Измерения и ориентирование на местности без карты, движение по азимутам. Способы измерения расстояний. Движение по азимутам. Топографические карты и их чтение, подготовка к работе. Определение координат объектов и целеуказания по карте. Геометрическая сущность, классификация и назначение топографических карт.			06, 07	
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) Опрос по теме, практические задания	2			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям		4		3
Тема 14 Основы медицинского обеспечения	Теоретическое обучение	Медицинское обеспечение войск (сил), первая медицинская помощь при ранениях, травмах и особых случаях. Медицинское обеспечение - как вид всестороннего обеспечения войск. Обязанности и оснащение должностных лиц медицинской службы тактического звена в бою. Общие правила оказания самопомощи и взаимопомощи.	2		ОК 01, 02, 06, 07	1
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) Опрос по теме, практические задания	2			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям		6		3
Тема 15. Военно-политическая подготовка	Теоретическое обучение	Россия в современном мире. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны. Новые тенденции и особенности развития современных международных отношений. Место и роль России в многополярном мире. Основные направления социально-экономического, политического и военно-	2		ОК 01, 02, 06, 07	1

		технического развития Российской Федерации. Цели, задачи, направления и формы военно-политической работы в подразделении, требования руководящих документов				
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) Опрос по теме	2			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям		6		3
Тема 16 Правовая подготовка	Теоретическое обучение	Военная доктрина Российской Федерации. Законодательство Российской Федерации о прохождении военной службы. Основные положения Военной доктрины Российской Федерации. Правовая основа воинской обязанности и военной службы. Понятие военной службы, ее виды и их характеристики. Обязанности граждан по воинскому учету.	2		ОК 01, 02, 06, 07	1
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) Опрос по теме, выполнение тестовых заданий	2			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям		6		3
Промежуточная аттестация / форма контроля		Дифференцированный зачет				
Всего			80	80		

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению образовательной программы

Для реализации образовательной дисциплины Безопасность жизнедеятельности организация должна располагать инфраструктурой, обеспечивающей проведение всех видов практических занятий, предусмотренных учебным планом, образовательной программой. А также:

- кабинет безопасности жизнедеятельности
- оснащение кабинета

№	Наименование оборудования	Техническое описание
I. Специализированная мебель и системы хранения		
Основное оборудование:		
	Стол ученический	регулируемый по высоте
	Стул ученический	регулируемый по высоте
Дополнительное оборудование:		
	Магнитно-маркерная доска / флипчарт	модель подходит для письма (рисования) маркерами и для размещения бумажных материалов с помощью магнитов
II. Технические средства		
Основное оборудование:		
	Сетевой фильтр	с предохранителем
	Интерактивный программно-аппаратный комплекс мобильный или стационарный, программное обеспечение	диагональ интерактивной доски должна составлять не менее 65" дюймов (165,1 см); для монитора персонального компьютера и ноутбука – не менее 15,6" (39,6 см), планшета – 10,5" (26,6 см) ¹
Дополнительное оборудование:		
	Колонки	для воспроизведения звука любой модификации
	Web-камера	любой модификации
III. Демонстрационные учебно-наглядные пособия		
Основные:		
	Наглядные пособия	нет
Дополнительные:		
	Плакаты	«Средства коллективной защиты. Противорадиационные укрытия» «Средства коллективной защиты. Укрытия» «Мобильный многофункциональный программно-аппаратный комплекс мониторинга радиационной обстановки» «Маскировка населенных пунктов и объектов экономики» «Средства коллективной защиты. Убежища» «Укрытия персонала в защитных сооружениях ГО» «Средства радиационной разведки» «Средства индивидуальной защиты органиков дыхания» «Автоматизированная мобильная система

¹ Постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

		радиационной и химической разведки» «Классификация защитных сооружений гражданской обороны» «Радиационная и химическая защита» «Маршалы Советского Союза, получившие звание в 1945 г.» «Ордена» «Медали»
--	--	--

- оснащение помещений, задействованных при организации самостоятельной и воспитательной работы:

помещения для организации самостоятельной и воспитательной работы должны быть оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации.

3.2. Требования к учебно-методическому обеспечению

Учебно-методический материал по дисциплине Безопасность жизнедеятельности включает: лекции; практические занятия, разработку тематики рефератов, дискуссии, тестов, презентаций, эссе, ситуационные задачи, перечень вопросов к текущему контролю и промежуточной аттестации.

3.3. Интернет-ресурсы

<https://www.mchs.gov.ru/> Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий

<http://www.scrf.gov.ru/> Совет безопасности РФ

3.4. Программное обеспечение, цифровые инструменты

Колледж обеспечен необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства.

Используются программы, входящие в Единый реестр российских программ для электронных вычислительных машин и баз данных, а также реестр социальных соцсетей: «Яндекс.Диск (для Windows)», Яндекс.Почта, Telegram, Power Point, ВКонтakte (vk.com), Вебинар.ру

3.5. Основная печатная или электронная литература

1. Безопасность жизнедеятельности: практикум для СПО / составители С. М. Гребенкин, В. А. Майнингер. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2023. — 87 с. — ISBN 978-5- 4497-2205-8. — Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО Москва: [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/131103>

2. Ветошкин, А. Г. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / А. Г. Ветошкин. — Москва, Вологда: Инфра-Инженерия, 2022. — 308 с. — ISBN 978-5-9729- 0991-9. — Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО Москва: [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/124002>

3.6. Дополнительная печатная или электронная литература

1. Михайлиди, А. М. Безопасность жизнедеятельности и охрана труда на производстве: учебное пособие для СПО / А. М. Михайлиди. — Саратов, Москва: Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2021. — 111 с. — ISBN 978-5-4488-0964-4, 978-5-4497-0809-0. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOK: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/100492.html>

2. Соколов, А. Т. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / А. Т. Соколов. — 4-е изд. — Москва: Интернет-Университет Информационных Технологий (ИНТУИТ), Ай Пи Ар Медиа, 2024. — 191 с. — ISBN 978-5-4497-2444-1. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. —URL: <https://www.iprbookshop.ru/101398.html>

3.7. Словари, справочники, энциклопедии, периодические материалы (журналы и газеты)

1. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие для обучающихся всех направлений подготовки / составители А. Ю. Игнатова, Ю. В. Аносова. — Кемерово: Кузбасский государственный технический университет имени Т.Ф. Горбачева, 2023. — 102 с. — ISBN 978-5-00137-404-6. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/135095.html>
2. Бережнова, Л. В. Безопасность жизнедеятельности. Основы военной подготовки. Оказание первой помощи: учебное пособие / Л. В. Бережнова, А. Н. Гриднева. — Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный университет промышленных технологий и дизайна, 2023. — 70 с. — ISBN 978-5-7937-2377-0. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/140104.html>
3. Краткий терминологический словарь по предметам кафедры социально-гуманитарных дисциплин / составители И. И. Турский [и др.]. — Симферополь: Университет экономики и управления, 2020. — 249 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/101398.html>
4. Журнал Специальная техника <https://www.iprbookshop.ru/33980.html>
5. Журнал Алгоритм безопасности <https://www.iprbookshop.ru/43989.html>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, дискуссии, написании рефератов.

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
Тема 1. Теоретические основы обеспечения безопасности жизнедеятельности Тема 2. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на производственных объектах Тема 3. Организационные основы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Тема 4. Военная обязанность Тема 5. Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба Тема 6. Качества личности военнослужащего Тема 7. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации Тема 8. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации Тема 9. Строевая подготовка Тема 10. Огневая подготовка из стрелкового оружия Тема 11. Основы тактики общевойсковых подразделений Тема 12. Радиационная, химическая и биологическая защита Тема 13. Военная топография Тема 14 Основы медицинского обеспечения Тема 15. Военно-политическая подготовка Тема 16 Правовая подготовка	Выполнение практических заданий Тестирование Защита рефератов Подготовка презентаций Дискуссия Опрос по теме Эссе Ситуационные задачи

Оценка за дифференцированный зачет складывается из итоговой оценки успеваемости и оценки выполненного задания дифференцированного зачета.

Задание для дифференцированного зачета состоит из теоретических вопросов. Распределение вопросов студентам осуществляется преподавателем. Необходимо ответить на два теоретических вопроса. Преподавателем могут быть заданы дополнительные вопросы для более полной оценки знаний студентов.

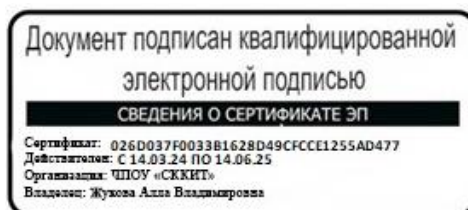
Результаты подготовки обучающихся при освоении рабочей программы учебной дисциплины определяются оценками:

Оценка	Содержание	Проявления
Неудовлетворительно	Студент не обладает необходимой системой знаний и умений	Обнаруживаются пробелы в знаниях основного программного материала, допускаются принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий
Удовлетворительно	Уровень оценки	Обнаруживаются знания основного

	результатов обучения показывает, что студенты обладают необходимой системой знаний и владеют некоторыми умениями по дисциплине. Студенты способны понимать и интерпретировать освоенную информацию, что является основой успешного формирования умений и навыков для решения практикоориентированных задач	программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по специальности; студент справляется с выполнением заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой. Как правило, оценка «удовлетворительно» выставляется студентам, допустившим погрешности в ответе и при выполнении заданий, но обладающим необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя
Хорошо	Уровень осознанного владения учебным материалом и учебными умениями, навыками и способами деятельности по дисциплине; способны анализировать, проводить сравнение и обоснование выбора методов решения заданий в практикоориентированных ситуациях	Обнаруживается полное знание программного материала; студент, успешно выполняющий предусмотренные в программе задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе. Как правило, оценка «хорошо» выставляется студентам, показавшим систематический характер знаний по дисциплине и способным к их самостоятельному выполнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности
Отлично	Уровень освоения результатов обучения студентов по дисциплине является основой для формирования общих и профессиональных компетенций, соответствующих требованиям ФГОС СПО. Студенты способны использовать сведения из различных источников для успешного исследования и поиска решения в нестандартных практикоориентированных ситуациях	Обнаруживается всестороннее, систематическое и глубокое знание программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой; студент, усвоивший основную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой. Как правило, оценка «отлично» выставляется студентам, усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявившим творческие способности в понимании, изложении и использовании программного материала

**Частное профессиональное образовательное учреждение
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

Рассмотрен и утвержден
на Педагогическом совете
от 27.03.2025 Протокол № 03



УТВЕРЖДАЮ
Директор ЧПОУ «СККИТ»
А.В. Жукова
«27» марта 2025

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ДИСЦИПЛИНЫ
БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
31.02.04 МЕДИЦИНСКАЯ ОПТИКА
МЕДИЦИНСКИЙ ОПТИК-ОПТОМЕТРИСТ**

2025 г.

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

После освоения дисциплины Безопасность жизнедеятельности студент должен обладать следующими компетенциями:

Код и название компетенции	Умения	Знания
ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составить план действия; определить необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)	актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структура плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
ОК 02 Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска	номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации
ОК 06 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты	описывать значимость своей специальности; применять стандарты антикоррупционного поведения	сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по специальности; стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения

антикоррупционного поведения		
ОК 07 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности	правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; пути обеспечения ресурсосбережения

**КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ
БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**31.02.04 МЕДИЦИНСКАЯ ОПТИКА
МЕДИЦИНСКИЙ ОПТИК-ОПТОМЕТРИСТ**

1.ПАСПОРТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Матрица учебных заданий

№	Наименование темы	Вид контрольного задания
1	Тема 1 . Теоретические основы обеспечения безопасности жизнедеятельности	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям, подготовка реферата, подготовка к написанию эссе Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - реферат - эссе - практические задания
2	Тема 2. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на производственных объектах	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям, подготовка реферата, подготовка презентации Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - ситуационные задачи - реферат - презентации - практические задания
3	Тема 3. Организационные основы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций.	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям, подготовка реферата, подготовка презентации Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - реферат - практические задания - презентации
4	Тема 4. Военная обязанность	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям, подготовка реферата, подготовка презентации Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - презентации - дискуссия
5	Тема 5 . Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - практические задания

6	Тема 6. Качества личности военнослужащего	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - практические задания
7	Тема 7. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - практические задания
8	Тема 8. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос
9	Тема 9. Строевая подготовка	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - практические задания
10	Тема 10. Огневая подготовка из стрелкового оружия	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - практические задания
11	Тема 11. Основы тактики общевойсковых подразделений	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос
12	Тема 12. Радиационная, химическая и биологическая защита	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - практические задания
13	Тема 13. Военная топография	Самостоятельная работа

		Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - практические задания
14	Тема 14 Основы медицинского обеспечения	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - практические задания
15	Тема 15. Военно-политическая подготовка	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос
16	Тема 16 Правовая подготовка	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - тестовые задания

2. ОПИСАНИЕ ОЦЕНОЧНЫХ ПРОЦЕДУР ПО ПРОГРАММЕ

Тема 1 . Теоретические основы обеспечения безопасности жизнедеятельности

Вопросы для устного опроса:

- 1 Основные понятия дисциплины
- 2 Цель изучения дисциплины, объект и предмет дисциплины.
- 3 Задачи БЖД. Принципы БЖД
- 4 Методы обеспечения БЖД.
- 5 Надежность как средство обеспечения БЖД.

Темы рефератов:

1. Аксиомы науки о БЖД.
2. Специалист и его роль в обеспечении безопасности.
3. Образование в области БЖД.
4. Психологические причины сознательного нарушения правил техники безопасности и расследование нарушений правил техники безопасности труда

Тема Эссе:

- 1 Перспективы развития БЖД.

Практические задания:

1. Согласно статистическим данным ГИБДД России в 2009 г. в транспортных авариях и катастрофах погибло 30107 человек. Определим риск гибели человека в транспортной аварии или катастрофе.

2. Определить, на сколько дней сократится продолжительность жизни (DT) курильщика, если известно, что средняя продолжительность жизни (T) составляет 70 лет или 25550 дней, а риск курильщика (или его индивидуальная вероятность смерти) равен $7 \cdot 10^{-2}$

3. Рассчитать показатель индивидуального риска травматизма, если число травмированных на производстве n , а число работающих — N чел.:

Параметры	Варианты									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
n	4	5	6	7	10	12	14	16	18	20
N	1525	1530	1535	1540	5000	5200	5400	5600	5800	6000

4. Численность населения России 140 млн человек. Индивидуальная вероятность смерти (или риск) от отравления некачественным алкоголем $R = 2,4 \cdot 10^{-4}$ 1/чел.год. Рассчитать число жителей России, погибающих в год по этой причине.

5. Численность населения России 140 млн человек. Индивидуальная вероятность смерти (или риск) от употребления наркотиков $R = 4 \cdot 10^{-4}$ 1/чел.год. Рассчитать число жителей России, погибающих в год по этой причине.

Тема 2. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на производственных объектах

Вопросы для устного опроса

- 1 Чрезвычайная ситуация (ЧС).
- 2 Основные причины техногенных аварий и катастроф.
- 3 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.
- 4 Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.
- 5 Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
- 6 Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабу распространения и тяжести последствий.
- 7 Чрезвычайные ситуации военного характера: их характеристика и опасность возникновения. Особенности опасностей военного времени.
- 8 Способы бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы, способы защиты населения от оружия массового поражения.
- 9 Основные направления предупреждение чрезвычайных ситуаций и уменьшения потерь и ущерба от них.
- 10 Мониторинг ЧС, прогнозирование чрезвычайной ситуации.
- 11 Мероприятия, направленные на борьбу с терроризмом.
- 12 Организация и проведение мероприятий по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций.
- 13 Профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту.
- 14 Промышленная безопасность производственных объектов. Опасный производственный объект.
- 15 Основные причины производственных аварий и катастроф.
- 16 Защита при авариях (катастрофах) на пожароопасных объектах, меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах.

- 17 Применение первичных средств пожаротушения.
- 18 Защита при авариях (катастрофах) на взрывоопасных объектах.
- 19 Защита при авариях (катастрофах) на гидродинамически опасных объектах.
- 20 Защита при авариях (катастрофах) на химически опасных объектах.
- 21 Защита при авариях (катастрофах) на радиационно-опасных объектах

Темы рефератов:

- 1 Техногенные чрезвычайные ситуации.
- 2 Основные способы и средства защиты населения.
- 3 Ликвидация последствий ЧС.
- 4 Организация оказания медицинской помощи при авариях на радиационно и химически опасных объектах.
- 5 Организация оказания медицинской помощи в очагах промышленных пожаров.
- 6 Организация оказания медицинской помощи при транспортных авариях и катастрофах.
- 7 Нарушения правил техники безопасности и расследование причин этих нарушений.

Темы презентаций: «Психологические причины сознательного нарушения правил техники безопасности и расследование нарушений правил техники безопасности труда», «Производственная безопасность труда».

Практические задания:

1. Заполните таблицу «Классификация ЧС»

Классификация ЧС

Виды ЧС		
По природе возникновения	По скорости распространения	По степени внезапности

2. Определить порядок действия населения при следующих стихийных бедствиях:

Стихийные бедствия	Порядок действий
Цунами	
Лесной пожар	
Землетрясение	
Снежный занос	
Паводок	

3. Составьте сообщение отдела ГО и ЧС города о техногенной чрезвычайной ситуации.

Варианты:

- столкновение пассажирского поезда с автомобилем, перевозящим сжиженный хлор;

- пожар на заводе по производству взрывчатых веществ;
- утечка синильной кислоты с химически опасного объекта;
- прорыв плотины гидродинамического объекта

4. Изучите, какие опасности характерны для региона проживания (пребывания). Какие из этих опасностей чаще всего приводят к возникновению чрезвычайных ситуаций? Заполните таблицу:

Анализ возможных последствий опасности в масштабе вашего района

Вид опасности	Возможные последствия

Практическое задание:

Определить основные действия человека при пожаре, при ударе электрическим током, при обморожениях, при угрозе радиационного заражения. Результаты представить в виде таблицы.

Ситуационная задача:

1. Оцените данную ЧС по трем признакам (классификациям) – причине возникновения, временным характеристикам, масштабам и тяжести последствий. Землетрясение, силой 8,1 балла по шкале Рихтера, произошло в Индийском океане к северу от острова Симелуэ, севернее Суматры в Индонезии, на глубине 30 км. Цунами, вызванное землетрясением, было одним из сильнейших в истории. Оно обрушилось на побережья Индонезии, Шри-Ланки, Южной Индии, Таиланда и еще некоторых стран, и островов. Высота волн достигала 30 м. Волнам потребовалось от нескольких минут до семи часов, чтобы добраться до берегов различных территорий. Геологическая служба Соединенных Штатов опубликовала реальное число жертв и масштабов разрушений. Согласно этим данным, в результате цунами погибли 283 100 человек, 14 100 пропали без вести и еще миллион человек остались без крова. В феврале 2005 года океан выносил на берег по 500 тел, погибших ежедневно. По оценкам неправительственных организаций опознания должны были продолжаться весь 2005 год и в начале 2006 года. Социально-экономическое состояние региона мгновенно ухудшилось. Страны охватил голод и болезни (холера, тиф и дизентерия). Не лишено оснований предположение о том, что еще 300 000 человек погибли в последующий год после цунами. Согласно научным данным, главной причиной столь катастрофических последствий является разрушение человеком коралловых рифов, структуры прибрежных районов.

2. Оцените данную ЧС по трем признакам (классификациям) – причине возникновения, временным характеристикам, масштабам и тяжести последствий. В результате аварии на теплотрассе зимой (температура воздуха -250 С) без горячей воды и отопления остались 2 жилых дома, в которых проживали около 100 человек. Устранить аварию быстро не удалось, дома были разморожены. На восстановление теплосети ушло 4 дня. Часть жильцов переселилась к родственникам, часть разместились в здании школы, часть оставалась в своих квартирах. Причинен материальный ущерб имуществу граждан, пострадавших не было.

Тема 3. Организационные основы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций.

Вопросы для устного опроса

1. Определение РСЧС. Задачи, принципы построения.
2. Организация РСЧС.
3. Территориальные и функциональные подсистемы.
4. Уровни управления РСЧС.
5. Состав сил и средств РСЧС.
6. Силы и средства постоянной готовности МЧС России.
7. Режимы функционирования РСЧС
8. Защита населения от [чрезвычайных ситуаций](#).
9. Необходимость подготовки и осуществления мероприятий по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
10. Классификация мероприятий по защите населения: оповещение населения об опасности, его информирование о порядке действий в сложившихся чрезвычайных условиях; эвакуационные мероприятия; меры по инженерной защите населения; меры радиационной и химической защиты; медицинские мероприятия; подготовку населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций.
11. Использование средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения,
12. Оказание первой медицинской помощи пострадавшим.
13. Сущность современного терроризма.
14. Террористическая акция. Особенности терроризма в России.
15. Террористическая деятельность.
16. Виды терроризма.
17. Особенности защиты населения от терроризма.

Темы рефератов: «Совершенствование системы управления в чрезвычайных ситуациях на основе Федерального закона», «Чрезвычайные ситуации социального характера и защита от них», «Направление, основные задачи и структура РСЧС»

Тема презентации: «Мероприятия по защите населения от ЧС природного и техногенного характера».

Практическое задание:

1. Перечислите режимы функционирования РСЧС. Какие мероприятия включает в себя каждый из этих режимов?

Режимы функционирования	Мероприятия, проводимые РСЧС в данном режиме

2. Расставьте в таблице ниже перечисленные права и обязанности граждан РФ в области защиты населения от ЧС.

- 1) участвовать в установленном порядке в мероприятиях по предупреждению и ликвидации ЧС;
- 2) выполнять установленные правила поведения при угрозе и возникновении ЧС;
- 3) медицинское обслуживание, компенсации и льготы за проживание и работу в зонах ЧС;
- 4) изучать основные способы защиты населения и территорий от ЧС, приемы оказания первой медпомощи пострадавшим, правила пользования коллективными и индивидуальными средствами защиты,
- 5) защита жизни, здоровья и личного имущества в случае возникновения ЧС;
- 6) возмещение ущерба, причиненного их здоровью и имуществу вследствие ЧС;

- 7) соблюдать меры безопасности в быту и повседневной трудовой деятельности,
- 8) быть информированными о риске, которому они могут быть подвергнуты в определенных местах пребывания на территории страны и мерах необходимой безопасности.

права граждан РФ в области защиты населения от ЧС	обязанности граждан РФ в области защиты населения от ЧС

Тема 4. Военная обязанность.

Вопросы для устного опроса:

10. Основные понятия о военной обязанности.
11. Военный учет.
12. Организация военного учета и его предназначение.
13. Первоначальная постановка граждан на военный учет.
14. Обязанности граждан по военному учету.
15. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на военный учет.
16. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе.
17. Добровольная подготовка граждан к военной службе.
18. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

Практическое задание:

1. Гражданин П. получил повестку о явке в военкомат по месту жительства для прохождения медицинского освидетельствования на предмет годности к военной службе. Гражданин П. по повестке не прибыл, т.к. навещал в больнице больного двоюродного дядю. Нарушил ли гражданин П. правила исполнения военной обязанности?

2. Гражданка С. закончила фармацевтическое училище в 2007 г. Обязана ли она встать на военный учет? Если обязана, то в каком военном комиссариате и в какой срок?

3. Гражданин С. при первоначальной постановке на военный учет получил заключение о его годности к военной службе по категории «Г». Что означает это заключение, и какие меры должны принять работники военного комиссариата по отношению к гражданину С.?

Практические задания:

1. Гражданин М. после окончания 9-го класса нигде не работал и не учился. После этого он устроился на должность курьера в коммерческую фирму, где и проработал до достижения 17-летнего возраста. При первоначальной постановке на военный учет он изъявил желание пройти подготовку по военно-учетной специальности «водитель». Как должен поступить военный комиссар района, отвечая на просьбу гражданина М.?

2. При одной из школ города организован военно-патриотический клуб. В нем проводит занятия по военной истории и воинским традициям священник местной церкви. Не противоречит ли такое положение закону, ведь школа в нашей стране отделена от церкви?

Обязательно ли изучение основ военной службы в негосударственном образовательном учреждении «Женская историко-филологическая православная гимназия»?

3. Обучающаяся в государственной школе в городе Воронеже гражданка Молдовы Ирина С. подала заявление с просьбой допустить ее к прохождению военных сборов после окончания 10-го класса. Как должен ответить на это заявление директор школы?

Дискуссия на тему «Патриотизм. Служба в армии»

Тема 5 . Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.

Вопросы для устного опроса:

1. Организация и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке.
2. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.
3. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.
4. Основные условия прохождения военной службы по контракту.
5. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту.
6. Сроки военной службы по контракту.
7. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.
8. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы.
9. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.

Практические задания:

1. Заполнить таблицу:

Призыву на военную службу подлежат:	От призыва на военную службу освобождаются граждане	Отсрочку от призыва на военную службу имеют лица:

2. Могут ли быть удовлетворены просьбы о призыве на военную службу граждан, отбывающих наказание в виде:

- обязательных работ;
- исправительных работ;
- ограничений свободы;
- ареста или лишения свободы;
- имеющих неснятую или непогашенную судимость;

- в отношении которых ведется дознание либо предварительное следствие или уголовное дело в отношении которых передано в суд.

3. Могут ли граждане, признанные временно не годными к военной службе по состоянию здоровья призывной комиссией, быть призваны по собственному желанию? (ответ обосновать)

Практические задания:

1. Определить категории граждан, имеющих право заключить контракт о прохождении военной службы. Перечислите требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Результаты представить в виде таблицы:

Категории граждан, имеющих право заключить контракт о прохождении военной службы	Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту

2. Определить причины, по которым может быть уволен военнослужащий, проходящий военную службу по контракту.

Практические задания:

1. Гражданин М. закончил государственный институт, на военной кафедре не обучался, военную службу по призыву не проходил. После окончания института он обратился в военный комиссариат по месту жительства с заявлением о поступлении на военную службу по контракту. Что ответит ему военный комиссар?

2. Из приведенного списка причин отметьте знаком «+» те причины, по которым контракт с гражданином не может быть заключен:

—отсутствие в Вооруженных силах Российской Федерации, других войсках, воинских формированиях и органах вакантных воинских должностей согласно профилю подготовки кандидата или полученной им военно-учетной специальности;

—в отношении гражданина вынесен обвинительный приговор и которому назначено наказание;

—в отношении гражданина ведется дознание либо предварительное следствие или уголовное дело,

—решение аттестационной комиссии воинской части, утвержденного командиром (начальником) воинской части, о заключении контракта о прохождении военной службы с другим кандидатом по итогам конкурсного отбора;

—в отношении гражданина дело передано в суд;

—решение комиссии военного комиссариата или аттестационной комиссии воинской части о несоответствии кандидата, поступающего на военную службу по контракту, требованиям, установленным настоящим Федеральным законом;

—гражданину, имеющему неснятую или непогашенную судимость за совершение преступления;

—гражданину, отбывавшему наказание в виде лишения свободы.

3. Опираясь на знание законов «О воинской обязанности и военной службе» и «О статусе военнослужащих», методом сравнения изучить:

1. Понятие альтернативной службы, т.е. ответить на вопрос: «Какого рода деятельностью является альтернативная служба?»

2. Сроки прохождения альтернативной службы.

3. Порядок направления на альтернативную службу.

4. Права и льготы граждан, призванных на альтернативную службу.
 5. Обязанности граждан, призванных на альтернативную службу.
- Результаты представить в виде таблицы.

Тема 6. Качества личности военнослужащего

Вопросы для устного опроса:

1. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества.
2. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.
3. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.
4. Виды воинской деятельности и их особенности.

Практические задания:

1. Назовите основные профессионально важные качества военнослужащих некоторых видов Вооруженных Сил и родов войск. Результат оформите в таблице.

Вид Вооруженных Сил или род войск	Профессионально важные качества воина
Ракетные войска стратегического назначения	
Военно-воздушные силы	
Военно-морской флот	
Воздушно-десантные войска	
Мотострелковые войска	
Танковые войска	
Наземная артиллерия	

2. Определите основные черты характера, требующиеся для успешной военной деятельности.

Черты характера	Характеристика
Воинские	1. смелость, самоотверженность, мужество, стойкость, бдительность, хладнокровие 2. коллективизм, доброжелательность, товарищество, взаимовыручка 3. трудолюбие, дисциплина, аккуратность, пунктуальность 4. скромность, гордость, чувство чести и личного достоинства
Социальные	
Профессиональные	
Личностные	

Тема 7. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации

Вопросы для устного опроса:

1. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества.
2. Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества.
3. Дни воинской славы России — дни славных побед.
4. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений.
5. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.
6. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.
7. Ритуал приведения к военной присяге.
8. Ритуал вручения боевого знамени воинской части.
9. Вручение личному составу вооружения и военной техники.
10. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку.
11. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы.
12. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

Презентация на тему «Боевые традиции Вооруженных Сил России»

Основы военной подготовки

Тема 8. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации

Вопросы для устного опроса:

- 1 Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации, их основные требования и содержание:
 - 1.1 Структура, требования и основное содержание общевоинских уставов.
 - 1.2 Права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих.
 - 1.3 Воинские звания. Единоначалие. Начальники и подчиненные. Старшие и младшие.
 - 1.4 Приказ и приказание. Порядок отдачи и выполнение приказа.
 - 1.5 Воинская вежливость и воинская дисциплина военнослужащих.
2. Внутренний порядок и суточный наряд:
 - 2.1 Размещение военнослужащих.
 - 2.2 Распределение времени и внутренний порядок. Суточный наряд роты, его предназначение, состав.
 - 2.3 Дневальный, дежурный по роте. Развод суточного наряда.
3. Общие положения Устава гарнизонной и караульной службы:
 - 3.1 Общие положения Устава гарнизонной и караульной службы.
 - 3.2 Обязанности разводящего, часового.

Тема 9. Строевая подготовка

Вопросы для устного опроса:

Строевые приемы и движение без оружия: строй и его элементы; виды строя; сигналы для управления строем; команды и порядок их подачи; обязанности командиров, военнослужащих перед построением и в строю.

Практические задания:

- 1) Строевой расчет. Строевая стойка. Выполнение команд: "Становись", "Равняйся", "Смирно", "Вольно", "Заправиться". Повороты на месте.
- 2) Строевой шаг. Движение строевым шагом. Движение строевым шагом в составе подразделения. Повороты в движении. Движение в составе взвода. Управление подразделением в движении.

Тема 10. Огневая подготовка из стрелкового оружия**Вопросы для устного опроса:**

1. Основы, приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия:
 - Требования безопасности при обращении со стрелковым оружием.
 - Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке.
 - Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия.
 - Назначение, боевые свойства, материальная часть и применение стрелкового оружия, ручных противотанковых гранатометов и ручных гранат.

Практические задания:

- 1) Назначение, состав, боевые свойства и порядок сборки разборки АК-74 и РПК-74. Назначение, состав, боевые свойства и порядок сборки разборки пистолета ПМ. Назначение, состав, боевые свойства РПГ-7. Назначение, боевые свойства и материальная часть ручных гранат. Сборка разборка пистолета ПМ и подготовка его к боевому применению. Сборка разборка АК-74, РПК-74 и подготовка их к боевому применению. Снаряжение магазинов и подготовка ручных гранат к боевому применению.
- 2) Требования безопасности при организации и проведении стрельб из стрелкового оружия. Порядок выполнения упражнения учебных стрельб. Меры безопасности при проведении стрельб и проверка усвоения знаний и мер безопасности при обращении со стрелковым оружием. Выполнение норматива № 1 курса стрельб из стрелкового оружия.

Тема 11. Основы тактики общевойсковых подразделений**Вопросы для устного опроса:**

- 1 Вооруженные Силы Российской Федерации их состав и задачи.
2. Назначение, структура мотострелковых и танковых подразделений сухопутных войск, их задачи в бою. Боевое предназначение входящих в них подразделений. Тактико-технические характеристики основных образцов вооружения и техники ВС РФ.
3. Сущность современного общевойскового боя, его характеристики и виды. Способы ведения современного общевойскового боя и средства вооруженной борьбы.
4. Основы инженерного обеспечения. Цели и основные задачи инженерного обеспечения частей и подразделений. Назначение, классификация инженерных боеприпасов, инженерных заграждений и их характеристики. Полевые фортификационные сооружения: окоп, траншея, ход сообщения, укрытия, убежища.
5. Организация воинских частей и подразделений, вооружение, боевая техника вероятного противника.
 - Организация, вооружение, боевая техника подразделений мпб и тб армии США.
 - Организация, вооружение, боевая техника подразделений мпб и тб армии Германии.

Тема 12. Радиационная, химическая и биологическая защита

Вопросы для устного опроса:

1. Ядерное, химическое, биологическое, зажигательное оружие (Ядерное оружие. Средства их применения. Поражающие факторы ядерного взрыва и их воздействие на организм человека, вооружение, технику и фортификационные сооружения. Химическое оружие. Отравляющие вещества (ОВ), их назначение, классификация и воздействие на организм человека. Боевые состояния, средства применения, признаки применения ОВ, их стойкость на местности. Биологическое оружие. Основные виды и поражающее действие. Средства применения, внешние признаки применения. Зажигательное оружие. Поражающие действия зажигательного оружия на личный состав, вооружение и военную технику, средства и способы защиты от него).
2. Радиационная, химическая и биологическая защита (Цель, задачи и мероприятия РХБ защиты. Мероприятия специальной обработки: дегазация, дезактивация, дезинфекция, санитарная обработка. Цели и порядок проведения частичной и полной специальной обработки. Технические средства и приборы радиационной, химической и биологической защиты).

Практические задания:

Средства индивидуальной защиты и порядок их использования. Подгонка и техническая проверка средств индивидуальной защиты.

Тема 13. Военная топография

Вопросы для устного опроса:

- 1 Местность как элемент боевой обстановки. Измерения и ориентирование на местности без карты, движение по азимутам.
2. Способы измерения расстояний. Движение по азимутам.
3. Топографические карты и их чтение, подготовка к работе. Определение координат объектов и целеуказания по карте.
4. Геометрическая сущность, классификация и назначение топографических карт.

Практическое задание:

Определение географических и прямоугольных координат объектов по карте. Целеуказание по карте.

Тема 14 Основы медицинского обеспечения

Вопросы для устного опроса:

1. Медицинское обеспечение войск (сил), первая медицинская помощь при ранениях, травмах и особых случаях.
2. Медицинское обеспечение - как вид всестороннего обеспечения войск.
3. Обязанности и оснащение должностных лиц медицинской службы тактического звена в бою.
4. Общие правила оказания самопомощи и взаимопомощи.

Практическое задание:

Первая помощь при ранениях и травмах. Первая помощь при поражении отравляющими веществами, бактериологическими средствами. Содержание мероприятия доврачебной помощи.

Практические задания:

1. Во время рабочего дня сотрудник упал с лестницы и сломал ногу. Повреждения кожных покровов не наблюдается. Определить какой перелом у пострадавшего, назвать алгоритм оказания ПМП и способ транспортировки. Соорудить носилки из подручных средств.

2. Во время падения мужчина ударился головой. Жалуется на сильную головную боль, тошноту, головокружение. При осмотре: сознание спутанное, кожные покровы бледные, пульс 62-64 удара в минуту. В височной области слева припухлость мягких тканей, из левого уха небольшое кровотечение. Больной избегает смотреть на свет. Левый зрачок несколько шире правого. Задания:

- Определите неотложное состояние пациента
- Составьте алгоритм оказания доврачебной помощи
- Продемонстрируйте технику наложения повязки на ухо.

3. Происшествие: обрушение стеллажей на складе и завал ими людей. Количество пострадавших: 2. Особые обстоятельства: пострадавших извлекли из-под завала и переместили в безопасное место. Пострадавший №Сидит, опершись о стену, , пытаясь зажать рану на правом бедре руками. Сквозь пальцы просачивается ярко-алая кровь. При осмотре в области средней трети бедра – пульсирующее кровотечение алой кровью, под пострадавшим расплывается лужа крови. Имитация повреждений: рана на переднюю поверхность середины бедра. Оказываемая помощь. Оценить обстановку, уложить пострадавшего, провести обзорный осмотр пострадавшего, надеть перчатки, осуществить пальцевое прижатие бедренной артерии. Позвать двух помощников, одному поручить вызвать скорую медицинскую помощь, второму сказать, чтобы придавил бедренную артерию. Достать и наложить кровоостанавливающий жгут из аптечки. Наложить повязку на рану.

4. При автомобильной катастрофе пострадавший извлечен из автомобиля, но подняться на ноги не может. Состояние тяжелое, бледен, жалуется на сильную боль в области правого бедра. Раны нет. Имеется деформация бедра, укорочение правой ноги.

Какой вид травмы у пострадавшего?

Окажите первую медицинскую помощь.

5. У пострадавшего после неудачного падения появилась боль в правой руке. Движения в руке невозможны. В области средней трети предплечья имеется деформация кости и ненормальная подвижность.

О какой травме можно думать?

Окажите первую доврачебную помощь. - имеются шины. косынка, бандаж.

6. Вы обнаружили на улице человека без признаков жизни: сознание отсутствует, движений грудной клетки не видно, пульс не прощупывается.

Решите задачу, ответив на поставленные вопросы.

1. Как установить, жив этот человек или умер?
2. Что необходимо предпринять, если человек еще жив?
3. Какими способами можно провести искусственное дыхание?
4. Где должны лежать руки при проведении непрямого массажа сердца?
5. О чем свидетельствуют неуспешные реанимационные мероприятия?

7. Определите травму по рисунку.



8. В результате падения была повреждена правая рука в области локтевого сустава. Боль, движения отсутствуют. Раны не отмечается.

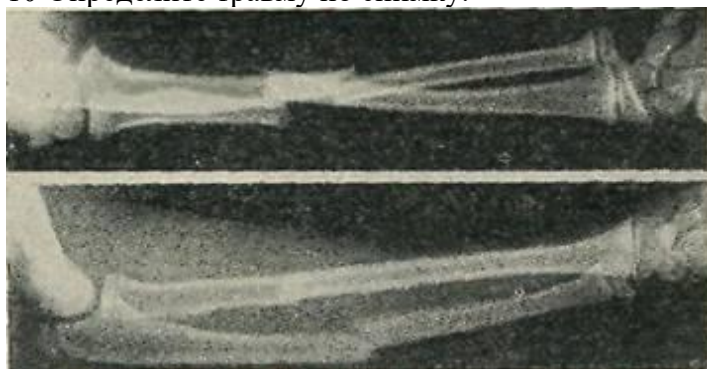
О какой травме можно подумать?

Окажите первую медицинскую помощь

9. На ваших глазах пострадавший ударился затылочной частью головы об угол предмета мебели. На коже головы образовалась кровотокающая ссадина. Окажите первую помощь и наложите необходимую повязку.

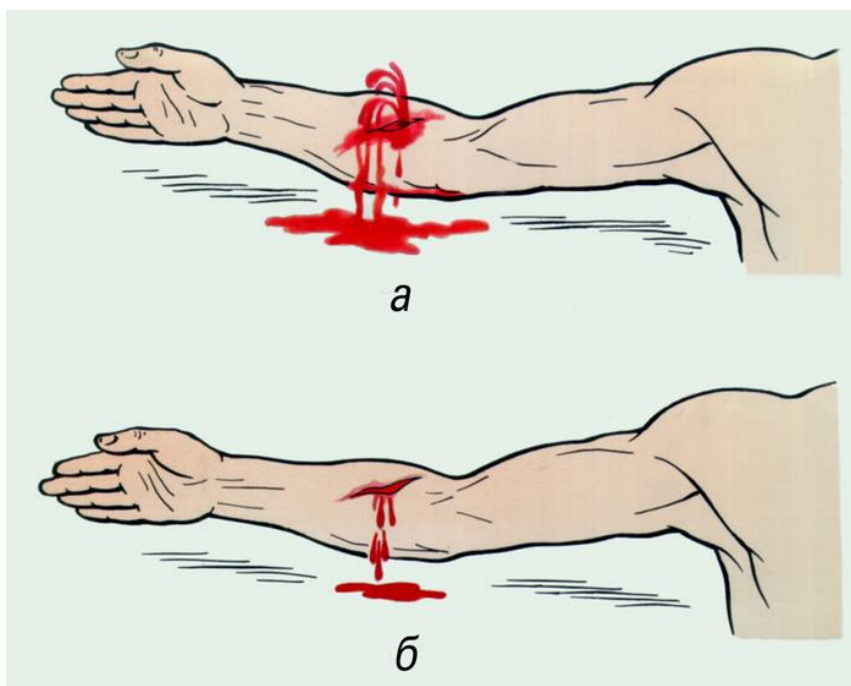
(Повязка Чепец является наиболее надежной повязкой для волосистой части головы)

10 Определите травму по снимку.



Перечислите объем первой доврачебной медицинской помощи. Продемонстрируйте очередность оказания первой доврачебной медицинской помощи, выбрав среди имеющихся на столе необходимые средства помощи.

11 По рисунку определите вид кровотечения.



Ответьте на вопросы:

1. Какое кровотечение у пострадавшего?
2. По каким признакам вы определили вид кровотечения?
3. Какова последовательность оказания первой помощи?
4. Какие существуют способы временной остановки данного кровотечения?
5. Требуется ли доставка пострадавшего в лечебное учреждение?

Тема 15. Военно-политическая подготовка

Вопросы для устного опроса:

1. Россия в современном мире. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны.
2. Новые тенденции и особенности развития современных международных отношений. Место и роль России в многополярном мире.
3. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития Российской Федерации.
4. Цели, задачи, направления и формы военно-политической работы в подразделении, требования руководящих документов

Тема 16 Правовая подготовка

Вопросы для устного опроса:

1. Военная доктрина Российской Федерации. Законодательство Российской Федерации о прохождении военной службы.
2. Основные положения Военной доктрины Российской Федерации.
3. Правовая основа воинской обязанности и военной службы.
4. Понятие военной службы, ее виды и их характеристики.
5. Обязанности граждан по воинскому учету.

Тестовые задания

Вариант 1

1 Отсутствие недопустимого риска, связанного с возможностью нанесения ущерба – это:

- А) безопасность;
- Б) риск;
- В) угроза
- Г) опасность

2 Факторы среды обитания:

- А) биологические
- Б) химические и физические
- В) социальные
- Г) институциональные

3 К социальным факторам относят:

- А) бактериальные, паразитарные
- Б) шум, вибрация, ультразвук, инфразвук
- В) питание, водоснабжение, условия быта, труда, отдыха
- Г) ионизирующие, неионизирующие и иные излучения

4 Опасность – это:

- А) явления, процессы, объекты, свойства объектов, которые в определенных условиях способны наносить вред жизнедеятельности человека.
- Б) состояние защищенности прав граждан, природных объектов, окружающей среды и материальных ценностей от последствий несчастных случаев, аварий и катастроф на промышленных объектах
- В) возможность возникновения рисков ситуации
- Г) достижение оптимального баланса ряда факторов, позволяющих понизить до приемлемого уровня риск нанесения ущерба здоровью людей, имуществу, окружающей среде.

5 Совокупность объектов, явлений и факторов окружающей (природной и искусственной) среды, определяющая условия жизнедеятельности человека – это:

- А) ноосфера
- Б) гомосфера
- В) среда обитания
- Г) гидросфера

6 Принципы БЖД:

- А) ориентирующие и организующие
- Б) управленческие и технические
- В) ориентирующие и управленческие
- Г) все вышеперечисленные

7 К какому принципу БЖД относят стимулирование, принцип ответственности, принцип обратных связей:

- А) техническому
- Б) управленческому
- В) ориентирующему
- Г) организующему

8 Средства обеспечения БЖД:

- А) средства коллективной защиты
- Б) средства индивидуальной защиты
- В) средства массовой защиты
- Г) средства групповой защиты

9 Свойство объекта выполнять и сохранять во времени заданные ему функции в заданных режимах и условиях применения, технического обслуживания, ремонтов, хранения и транспортировки называется:

- А) прочность
- Б) комплексность
- В) надежность
- Г) устойчивость

10 Наука, изучающая психологические причины несчастных случаев, возникающих в процессе труда и пути повышения его безопасности – это _____

11 Деятельность человека в конкретных социально-экономических, политических, экономических и прочих условиях, направленных на сохранение, улучшение, и укрепление здоровья людей – это _____.

12 Природная область распространения жизни на Земле, включающая нижний слой атмосферы, гидросферу и верхний слой литосферы, не испытывавших техногенного воздействия – это:

- А) биосфера
- Б) техносфера
- В) ноксосфера
- Г) стратосфера

13 Основные потоки в техносфере:

- А) космические лучи, пыль, астероиды
- Б) потоки продукции отраслей экономики
- В) атмосферные, гидросферные и литосферные явления
- Г) транспортные потоки

14 Потоки, соответствующие оптимальным условиям взаимодействия: создают оптимальные условия деятельности и отдыха; предпосылки для проявления наивысшей работоспособности и, как следствие, продуктивности деятельности; гарантируют сохранение здоровья человека и целостности компонентов среды обитания называются:

- А) комфортными
- Б) опасными
- В) допустимыми
- Г) нормальными

15 Как классифицируются опасности по приносимому ущербу:

- А) социальные, технические, экологические, экономические
- Б) раздражающие, вредные
- В) канцерогенные, мутагенные
- Г) все вышеперечисленные

16 Выделите методы оценки вероятности появления опасных ситуаций:

- А) накопление статистических данных об аварийности и травматизме
- Б) теория надежности
- В) метод моделирования опасных ситуаций
- Г) метод экспертных оценок

Вариант 2

1 Состояние защищенности прав граждан, природных объектов, окружающей среды и материальных ценностей от последствий несчастных случаев, аварий и катастроф на промышленных объектах – это:

- А) безопасность;
- Б) риск;
- В) угроза
- Г) опасность

2 К биологическим факторам относят:

- А) вирусные, бактериальные, паразитарные
- Б) шум, вибрация, ультразвук
- В) инфразвук, тепловые, ионизирующие, неионизирующие излучения
- Г) питание, водоснабжение

3 Явления, процессы, объекты, свойства объектов, которые в определенных условиях способны наносить вред жизнедеятельности человека – это:

- А) риск
- Б) опасность
- В) среда обитания
- Г) безопасность

4 Средства обеспечения БЖД:

- А) средства коллективной защиты
- Б) средства индивидуальной защиты
- В) средства массовой защиты
- Г) средства групповой защиты

5 Факторы среды обитания:

- А) биологические и социальные
- Б) химические и физические
- В) психологические и институциональные
- Г) индивидуальные и коллективные

6 Какой принцип, предполагает использование конкретных технических решений для повышения безопасности

- А) управленческий
- Б) технический
- В) ориентирующий
- Г) организующий

7 Задачи БЖД:

- А) идентификация опасностей, защита от опасностей на основе сопоставления затрат и выгод, ликвидация возможных опасностей.
- Б) угроза для жизни, возможность нанесения ущерба здоровью.
- В) возможность нарушения нормального функционирования экологических систем.
- Г) определение опасности.

8 Свойство объекта выполнять и сохранять во времени заданные ему функции в заданных режимах и условиях применения, технического обслуживания, ремонтов, хранения и транспортировки называется:

- А) прочность
- Б) комплексность
- В) надежность
- Г) устойчивость

9 Психологические причины возникновения опасных ситуаций:

- А) мотивационные, ориентировочные и исполнительные
- Б) организационные и координационные
- В) коллективные и индивидуальные
- Г) все вышеперечисленные

10 цельная, логически взаимосвязанная система поведения человека в процессе его жизнедеятельности, которая способствует обеспечению его личной безопасности, благополучию в жизни, способствует здоровому образу жизни – это _____ .

11 Регион биосферы, в прошлом преобразованный людьми с помощью прямого или косвенного воздействия технических средств с целью наилучшего соответствия людским социально-экономическим потребностям – это:

- А) атмосфера
- Б) гидросфера
- В) техносфера
- Г) гомосфера

12 Основные потоки в естественной среде обитания:

- А) солнечное излучение, излучение звезд и планет
- Б) электрическое и магнитное поля Земли
- В) потоки сырья, энергии
- Г) потоки при техногенных авариях

13 Потоки превышают допустимые уровни и оказывают негативное воздействие на здоровье человека, вызывая при длительном воздействии заболевания, и/или приводят к деградации природной среды – это потоки:

- А) допустимые

- Б) чрезвычайно опасные
- В) опасные
- Г) оптимальные

14 Как классифицируются опасности по природе происхождения:

- А) природные, техногенные, антропогенные
- Б) взрывоопасные, легко воспламеняющиеся
- В) токсичные и агрессивные
- Г) простые, производные и сложные

15 Определите принципы обеспечения безопасности:

- А) принцип нормирования
- Б) принцип слабого звена
- В) принцип классификации
- Г) принцип моделирования

16 Выделите методы оценки вероятности появления опасных ситуаций:

- А) накопление статистических данных об аварийности и травматизме
- Б) теория надежности
- В) метод моделирования опасных ситуаций
- Г) метод экспертные оценок

Вариант 1 (ответы к тестовым заданиям)

№ вопроса	Вариант ответа	№ вопроса	Вариант ответа
1	а	9	в
2	а,б,в	10	Психология безопасности
3	в	11	ЗОЖ
4	а	12	а
5	в	13	б, г
6	г	14	а
7	в	15	а
8	а, б	16	а, б, в, г

Вариант 2 (ответы к тестовым заданиям)

№ вопроса	Вариант ответа	№ вопроса	Вариант ответа
1	а	9	а
2	а	10	ЗОЖ
3	б	11	в
4	а, б	12	а, б
5	а, б	13	в
6	б	14	а
7	а	15	а, б, в
8	в	16	а, б, в, г

Критерии оценки

81 - 100 баллов
 71 - 80 баллов
 60 - 70 баллов
 менее 60 баллов

- «отлично»
 - «хорошо»
 - «удовлетворительно»
 - «неудовлетворительно»

Учебные сборы

№ п/п	Тема занятия	Количество часов					Общее количество часов
		1-й день	2 -й День	3-й День	4-й День	5-й день	
1	Тактическая подготовка			2	1	1	4
2	Огневая подготовка		3		2	4	9
3	Радиационная, химическая и биологическая защита			2			2
4	Общевоинские уставы	4	1	1	2		8
5	Строевая подготовка	1		1	1	1	4
6	Физическая подготовка	1	1	1	1	1	5
7	Военно-медицинская подготовка		2				2
8	Основы безопасности военной службы	1					1
	Итого	7	7	7	7	7	35

КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

31.02.04 МЕДИЦИНСКАЯ ОПТИКА

МЕДИЦИНСКИЙ ОПТИК-ОПТОМЕТРИСТ

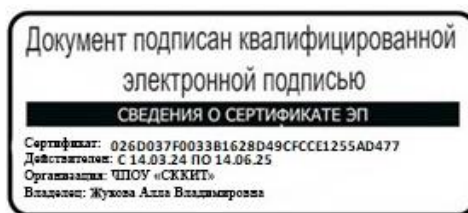
Перечень вопросов к дифференцированному зачету по дисциплине
Безопасность жизнедеятельности
(очная форма обучения, заочная форма обучения)

- 1 Основные понятия дисциплины. Цель изучения дисциплины, объект и предмет дисциплины.
- 2 Задачи БЖД. Принципы БЖД. Методы обеспечения БЖД.
- 3 Надежность как средство обеспечения БЖД.
- 4 Понятие «Гражданская оборона (ГО)». Основные задачи и мероприятия в области гражданской обороны.
- 5 Принципы организации гражданской обороны. Силы гражданской обороны РФ.
- 6 Цель ГО на промышленном объекте. Задачи ГО на объекте.
- 7 Задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения.
- 8 Формирование ГО. Классификация формирований ГО
- 9 Классификация мероприятий, проводимых на промышленных объектах для обеспечения безопасности.
- 10 Основы военной службы и обороны государства. Организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке.
- 11 Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО.
- 12 Область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы.
- 13 Чрезвычайная ситуация (ЧС).
- 14 Основные причины техногенных аварий и катастроф.
- 15 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.
- 16 Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.
- 17 Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
- 18 Чрезвычайные ситуации военного характера: их характеристика и опасность возникновения. Особенности опасностей военного времени.
- 19 Основные направления предупреждения чрезвычайных ситуаций и уменьшения потерь и ущерба от них.
- 20 Мониторинг ЧС, прогнозирование чрезвычайной ситуации.
- 21 Мероприятия, направленные на борьбу с терроризмом.
- 22 Организация и проведение мероприятий по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций.
- 23 Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации.
- 24 Промышленная безопасность производственных объектов. Опасный производственный объект.
- 25 Основные причины производственных аварий и катастроф.
- 26 Защита при авариях (катастрофах) на пожароопасных объектах
- 27 Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах.
- 28 Как применять первичные средства пожаротушения
- 29 Определение РСЧС. Задачи и принципы построения.
- 30 Организация РСЧС. Территориальные и функциональные подсистемы.
- 31 Уровни управления РСЧС. Силы и средства постоянной готовности МЧС России. Режимы функционирования РСЧС.

- 32 Защита населения от [чрезвычайных ситуаций](#). Классификация мероприятий по защите населения.
- 33 Использование средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения.
- 34 Порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим
- 35 Сущность современного терроризма. Террористическая акция.
- 36 Особенности терроризма в России. Террористическая деятельность. Виды терроризма. Особенности защиты населения от терроризма
- 37 Причины ЧС природного характера.
- 38 Стихийные бедствия.
- 39 Строительство укрытий, как мера защиты населения от ЧС природного характера.
- 40 Гидротехнические сооружения.
- 41 Противосейсмические мероприятия, направленные на снижение разрушительного воздействия землетрясений.
- 42 Противооползневые и противообвальные мероприятия. Противолавинные мероприятия.
- 43 Мероприятиями по противодействию наводнениям.
- 44 Эвакуационные мероприятия при различных видах стихийных бедствий.
- 45 Как использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения
- 46 Как организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций
- 47 Основные направления повышения устойчивости здравоохранения.
- 48 Цели СУБЖД.
- 49 Аспекты управления безопасностью жизнедеятельности.
- 50 История создания Вооруженных Сил России.
- 51 Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.
- 52 Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.
- 53 Основные понятия о воинской обязанности.
- 54 Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение
- 55 Обязательная подготовка граждан к военной службе.
- 56 Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе
- 57 Организация и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке
- 58 Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих
- 59 Прохождение военной службы по контракту
- 60 Альтернативная гражданская служба
- 61 Боевые традиции Вооруженных Сил России
- 62 Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации
- 63 Как предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- 64 Как применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы полученной специальностью
- 65 Способы бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы

Частное профессиональное образовательное учреждение
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»

Рассмотрены и утверждены
на Педагогическом совете
от 27.03.2025 Протокол № 03



УТВЕРЖДАЮ
Директор ЧПОУ «СККИТ»
А.В. Жукова
«27» марта 2025

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

31.02.04 МЕДИЦИНСКАЯ ОПТИКА

МЕДИЦИНСКИЙ ОПТИК-ОПТОМЕТРИСТ

Пятигорск-2025

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ВИДОВ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Рекомендации по подготовке к лекциям

Главное в период подготовки к лекционным занятиям — научиться методам самостоятельного умственного труда, сознательно развивать свои творческие способности и овладевать навыками творческой работы. Для этого необходимо строго соблюдать дисциплину учебы и поведения. Четкое планирование своего рабочего времени и отдыха является необходимым условием для успешной самостоятельной работы.

Каждому студенту следует составлять еженедельный и семестровый планы работы, а также план на каждый рабочий день. С вечера всегда надо распределять работу на завтрашний день. В конце каждого дня целесообразно подводить итог работы: тщательно проверить, все ли выполнено по намеченному плану, не было ли каких-либо отступлений, а если были, по какой причине это произошло. Нужно осуществлять самоконтроль, который является необходимым условием успешной учебы. Если что-то осталось невыполненным, необходимо изыскать время для завершения этой части работы, не уменьшая объема недельного плана.

Рекомендации по подготовке к практическим занятиям

При подготовке к практическому занятию студент должен ознакомиться с планом, выполнить все инструкции, предложенные преподавателем.

Результатом работы является свободное владение теоретическим материалом, полные ответы на поставленные вопросы, коллективное обсуждение проблемных тем.

Методические рекомендации по подготовке рефератов

Реферат — это изложение в письменном виде научной работы, результатов изучения научной проблемы, включающий обзор соответствующих литературных и других источников.

Основными структурными элементами являются:

- титульный лист;
- содержание;
- ключевые слова;
- определения;
- обозначения и сокращения;
- введение;
- основная часть;
- заключение;
- список использованных источников;
- приложения (если есть).

Работа выполняется на одной стороне листа белой бумаги формата А4 (210 x 297 мм). Иллюстрированный материал (таблицы, схемы, диаграммы и т.п.) при необходимости можно выполнять на листах большего формата.

Текст печатается полуторным интервалом нормальным шрифтом черного цвета. Размер шрифта — 14 (Times New Roman). Межстрочный интервал — 1,5.

Абзацы в тексте начинаются отступом от левого поля. Отступ равен 1 см.

Опечатки, описки в тексте можно исправлять подчисткой или корректором. На место исправленного места вписываем текст от руки черной пастой или тушью. Если исправленный текст составляет часть страницы, то на это место можно наклеить бумагу с исправленным текстом.

На одной странице допускается не более двух исправлений, сделанных от руки.

Повреждение листов, помарки и следы не полностью удаленного прежнего текста не допускаются.

Предусматриваются следующие размеры полей (с отклонениями в пределах + 2 мм):

левое – 30 мм;

правое – 10 мм;

верхнее – 20 мм;

нижнее – 20 мм.

Рекомендуется производить выравнивание текста по ширине.

Объем работы: 10-15 страниц.

Методические рекомендации по подготовке презентаций

Мультимедийная презентация представляет собой комплекс всех возможных средств представления информации (текст, графика, аудио, видео, анимация), подчинённый заданному сценарию и имеющий навигацию.

Презентация имеет сюжет, сценарий и структуру, которая организована для удобного восприятия информации.

Технология создания презентации состоит из трёх этапов:

Первый этап. Планирование презентации.

Планирование включает:

1. Определение цели.
2. Определение задач презентации.
3. Подбор необходимой информации.
4. Планирование выступления и определение необходимого времени.
5. Формирование структуры презентации.
6. Проверка логики подачи материала.
7. Подготовка заключения.

Второй этап. Разработка презентации.

Разработка презентации включает:

1. Поиск соответствия методологических требований подготовки слайдов с проектируемыми слайдами презентации.
2. Обеспечение вертикальной и горизонтальной логики содержания.
3. Разработка дизайна.
4. Выбор оптимального соотношения текста и графической информации.

Третий этап. Отладка и проверка презентации.

В презентации выделяют два блока: оформление слайдов и представление информации для них.

Методические рекомендации по подготовке эссе

Термин «эссе» происходит от французского слова «essai» и означает «очерк, проба, попытка». Эссе - это размышления автора на любую тему.

Целью эссе является информация или интерпретация, а не пересказ или цитирование какого-либо события.

При написании эссе необходимо выполнять следующие рекомендации:

1. Обязательным формальным требованием к данной работе является заголовок. Остальное: содержание, способ изложения мыслей, постановка проблемы, формулирование выводов и т.д. - пишется по усмотрению автора.
2. Главным требованием содержательного характера является высказывание взгляда автора на рассматриваемую проблему. Здесь возможны варианты: сопоставление уже известных точек

зрения и мнения пишущего или только выражение субъективных мыслей автора по рассматриваемому вопросу.

3. В качестве средств выразительности при написании эссе приветствуется использование различных ассоциаций, сравнений, приведение цитат (однако не стоит забывать о том, что эссе – это всё-таки личное мнение и увлекаться цитированием не стоит), проведение параллелей и аналогий. Живость и динамичность тексту эссе обычно придают вопросы, неожиданные переходы, непредсказуемые выводы.

4. При написании эссе необходимо донести точку зрения студента, заставить задуматься над прочитанным, сделать свои собственные выводы по исследуемым вопросам. Главное при написании эссе – высказать собственную точку зрения.

Общие требования к качеству эссе оцениваются по следующим критериям:

1 Знание и понимание теоретического материала – студент определяет рассматриваемые понятия четко и полно, приводя соответствующие примеры; используемые понятия строго соответствуют теме; самостоятельность выполнения работы.

2 Анализ и оценка информации – студент грамотно применяет категории анализа; умело использует приемы сравнения и обобщения для анализа взаимосвязи понятий и явлений; способен объяснить альтернативные взгляды на рассматриваемую проблему и прийти к заключению; диапазон используемого информационного пространства (студент использует большое количество различных источников информации); дает объективную личную оценку.

3 Построение суждений – ясность и четкость изложения; логика структурирования доказательств – выдвинутые тезисы сопровождаются грамотной аргументацией; приводятся различные точки зрения и их личная оценка.

4 Оформление работы – работа отвечает основным требованиям к оформлению и использованию цитат; соблюдение лексических, фразеологических, грамматических и стилистических норм русского литературного языка; оформление текста с полным соблюдением правил русской орфографии и пунктуации; соответствие формальным требованиям.

Работа с литературными источниками

В процессе обучения студенту необходимо самостоятельно изучать учебно-методическую литературу. Самостоятельно работать с учебниками, учебными пособиями, Интернет-ресурсами. Это позволяет активизировать процесс овладения информацией, способствует глубокому усвоению изучаемого материала.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи.

Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода).

Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно.

Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались.

Различают два вида чтения; первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах. После него не должно остаться ни одного непонятого слова. Содержание не всегда может быть понятно после первичного чтения.

Задача вторичного чтения – полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым).

Как уже отмечалось, самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

При работе с литературой рекомендуется вести записи.

Основные виды систематизированной записи прочитанного:

Аннотирование – предельно краткое связное описание просмотренной или прочитанной книги (статьи), ее содержания, источников, характера и назначения;

Планирование – краткая логическая организация текста, раскрывающая содержание и структуру изучаемого материала;

Тезирование – лаконичное воспроизведение основных утверждений автора без привлечения фактического материала;

Цитирование – дословное выписывание из текста выдержек, извлечений, наиболее существенно отражающих ту или иную мысль автора;

Конспектирование – краткое и последовательное изложение содержания прочитанного.

Конспект – сложный способ изложения содержания книги или статьи в логической последовательности. Конспект аккумулирует в себе предыдущие виды записи, позволяет всесторонне охватить содержание книги, статьи. Поэтому умение составлять план, тезисы, делать выписки и другие записи определяет и технологию составления конспекта.

Промежуточная аттестация

Каждый семестр заканчивается сдачей зачетов (экзаменов). Подготовка к сдаче зачетов (экзаменов) является также самостоятельной работой студентов. Студенту необходимо к зачету (экзамену) повторить весь пройденный материал по дисциплине в рамках лекций и рекомендуемой литературы.

Методические рекомендации по работе с Интернет-ресурсами

Среди Интернет-ресурсов, наиболее часто используемых студентами в самостоятельной работе, следует отметить электронные библиотеки, образовательные порталы, тематические сайты, библиографические базы данных, сайты периодических изданий. Для эффективного поиска в WWW студент должен уметь и знать: - чётко определять свои информационные потребности, необходимую ретроспективу информации, круг поисковых серверов, более качественно индексирующих нужную информацию, - правильно формулировать критерии поиска; - определять и разделять размещённую в сети Интернет информацию на три основные группы: справочная (электронные библиотеки и энциклопедии), научная (тексты книг, материалы газет и журналов) и учебная (методические разработки, рефераты); - давать оценку качества представленной информации, отделить действительно важные сведения от информационного шума; - давать оценки достоверности информации на основе различных признаков, по внешнему виду сайта, характеру подачи информации, её организации; - студентам необходимо уметь её анализировать, определять её внутреннюю непротиворечивость. Запрещена передача другим пользователям информации, представляющей коммерческую или государственную тайну, распространять информацию, порочащую честь и достоинство граждан. Правовые отношения регулируются Законом «Об информации, информатизации и защите информации», Законом «О государственной тайне», Законом «Об авторском праве и смежных правах», статьями Конституции об охране личной тайны, статьями Гражданского кодекса и статьями Уголовного кодекса о преступлениях в сфере компьютерной информации. При работе с Интернет-ресурсами обращайте внимание на источник: оригинальный авторский материал, реферативное сообщение по материалам других публикаций, студенческая учебная работа (реферат, курсовая, дипломная и др.). Оригинальные авторские материалы, как правило, публикуются на специализированных тематических сайтах или в библиотеках, у них указывается автор, его данные. Выполнены такие работы последовательно в научном или научнопопулярном стиле. Это могут быть научные статьи, тезисы, учебники, монографии, диссертации, тексты лекций. На основе таких работ на некоторых сайтах размещаются рефераты или обзоры. Обычно они не имеют автора, редко указываются источники реферирования. Сами сайты посвящены разнообразной тематике. К таким работам стоит относиться критически, как и к сайтам, где размещаются учебные студенческие работы. Качество этих работ очень низкое, поэтому, сначала подумайте, оцените ресурс, а уже потом им

пользуйтесь. В остальном с Интернет-ресурсами можно работать как с обычной печатной литературой. Интернет – это ещё и огромная библиотека, где вы можете найти практически любой художественный текст. В интернете огромное количество словарей и энциклопедий, использование которых приветствуется.