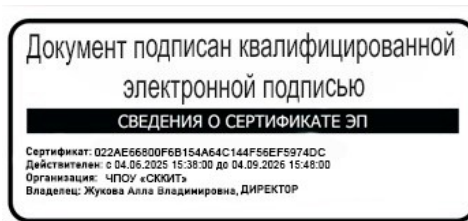


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Жукова Алла Владимировна **Частное пр**
Должность: Директор
Дата подписания: 09.06.2026 14:51:45 **«СЕВЕРО-КАВКАЗС**
Уникальный программный ключ:
96e8ebaa8c54e121a907c2a18577b7f9
Рассмотрена и утверждена

Рассмотрена и утверждена
на Педагогическом совете
от 19.03.2026 Протокол №
03

**Частное профессиональное образовательное учреждение
КАВКАЗСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**



УТВЕРЖДАЮ
Директор ЧПОУ
«СККИТ»
А.В. Жукова
«19» марта 2026

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

09.02.06 СЕТЕВОЕ И СИСТЕМНОЕ АДМИНИСТРИРОВАНИЕ

Системный администратор

Согласовано:

Заместитель директора по учебно - методической работе Л.И. Макарова

Составитель:

Руководитель объединения инноваций и сетевого и системного администрирования В.М. Жукова

Пятигорск-2026

Программа учебной дисциплины Безопасность жизнедеятельности разработана в соответствии с:

- Приказом Минпросвещения Российской Федерации от 10 июля 2023 года № 519 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 09.02.06 «Сетевое и системное администрирование»

Укрупненная группа специальности 09.00.00 Информатика и вычислительная техника

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

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	23
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	27
5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ	29
6. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	56

1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Безопасность жизнедеятельности

1.1. Область применения программы

Рабочая программа общеобразовательной дисциплины является частью образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 09.02.06 Сетевое и системное администрирование, квалификация – системный администратор

1.2 Место программы учебной дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в социально-гуманитарный цикл (СГ.03) специальности 09.02.06 Сетевое и системное администрирование, квалификация – системный администратор

1.3 Результаты освоения программы учебной дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины формируются следующие 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 и выделять её составные части определять этапы решения задачи, составлять план действия, реализовывать составленный план, определять необходимые ресурсы выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)	актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить структура плана для решения задач, алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях основные источники информации и ресурсы для решения задач и/или проблем в профессиональном и/или социальном контексте методы работы в профессиональной и смежных сферах порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
ОК 02Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации	определять задачи для поиска информации, планировать процесс поиска, выбирать	номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной

и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	необходимые источники информации выделять наиболее значимое в перечне информации, структурировать получаемую информацию, оформлять результаты поиска оценивать практическую значимость результатов поиска применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач использовать современное программное обеспечение в профессиональной деятельности использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач	деятельности приемы структурирования информации формат оформления результатов поиска информации современные средства и устройства информатизации, порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности, в том числе цифровые средства
ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности
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,	90	90
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)	10	80
Промежуточная аттестация / форма контроля	Дифференцированный зачет	Дифференцированный зачет

**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
1	2	3	4		6	7
Тема 1.1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности	Теоретическое обучение	Цели и задачи изучения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности». Разновидности опасностей современного мира. Защита человека и окружающей среды от опасностей. Сущность понятия «безопасность жизнедеятельности». Возникновение и развитие научных представлений о человеко- и природо-защитной деятельности. Представление о системе «человек – среда обитания», ее структуре и функциональных связях. Системы безопасности и их структура. Вред, ущерб – виды и характеристики. Нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности. Способы минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями норм безопасности жизнедеятельности на рабочем месте. Алгоритмы поддержания безопасных условий жизнедеятельности на рабочем месте	2	2	ОК 01,02,04,07	1
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) Опрос по теме, обсуждение рефератов, Написание эссе, выполнение практических заданий	4			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, подготовка реферата, подготовка к написанию эссе	1	6		3

Тема 1.2. Безопасное поведение человека в чрезвычайных ситуациях	Теоретическое обучение	Понятие и общая классификация чрезвычайных ситуаций. ЧС природного, техногенного и социального характера. Общие правила безопасного поведения в ЧС и особенности безопасного поведения в процессе выполнения профессиональных функций. Действия населения по сигналам гражданской обороны Порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях в процессе выполнения профессиональных функций	2		ОК 01,02,04,07	1
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) Опрос по теме, решение ситуационных задач, обсуждение рефератов, защита презентаций, выполнение практических заданий Использование на рабочем месте средств индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС. Правила поведения и действия по сигналам гражданской обороны	4			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, подготовка реферата, подготовка презентации	1	6		3
Модуль «Основы военной службы» (для юношей)»						
Тема 2.1. Основы военной безопасности Российской Федерации	Теоретическое обучение	Россия в современном мире, оборона страны как обязательное условие мирного социально-экономического развития Российской Федерации и обеспечение её военной безопасности. Военная служба в исторической ретроспективе и перспективе. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск, история их создания, их	2		ОК 01,02,04,07	1

		основные задачи. Руководство и управление Вооруженными Силами. Организация обороны Российской Федерации.				
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки): - опрос - реферат - практические задания - презентации	4			
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, подготовка реферата, подготовка презентации	1	6		
Тема 2.2. Организационные и правовые основы военной службы в Российской Федерации	Теоретическое обучение	Военная служба как вид федеральной государственной службы и разновидность профессиональной служебной деятельности: особенности и предназначение. Правовой статус военнослужащих. Права и обязанности военнослужащих. Социальное обеспечение военнослужащих. Понятие и сущность воинской обязанности. Воинский учет граждан. Призыв граждан на военную службу. Медицинское освидетельствование и обследование граждан при постановке их на воинский учет и при призыве на военную службу. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе. Начало, срок и окончание военной службы. Увольнение с военной службы. Прохождение военной службы по призыву, по контракту. Альтернативная гражданская служба. Ответственность военнослужащих.	2	2	ОК 01,02,04,07	1

		Общевойские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации				
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) - опрос - презентации - дискуссия Самоподготовка будущего призванного к осуществлению военной деятельности	4			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, подготовка реферата, подготовка презентации	1	6		3
Тема 2.3. Основы строевой и физической подготовки	Теоретическое обучение	Строевая подготовка: строи и управление ими, строевые приемы и движение без оружия, строевые приемы и движение с оружием, выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него, строи отделения, действия военнослужащих у автомобилей и на автомобилях. Цель и задачи физической подготовки, содержание, средства физической подготовки. Этапы проведения физической подготовки военнослужащих. Техника выполнения физических упражнений и формирования двигательных навыков. Основные формы проведения физической подготовки: учебные занятия, утренняя физическая зарядка, попутные физические тренировки	2		ОК 01,02,04,07	1
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) - опрос	4			2

		- практические задания Строевая и физическая подготовка				
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям	0	6		3
Тема 2.4. Основы огневой подготовки	Теоретическое обучение	Понятие «огневая подготовка». Требования к организации, порядку и мерам безопасности во время стрельб и тренировок. Правила безопасного обращения с оружием. Изучение условий выполнения упражнения начальных стрельб из стрелкового оружия. Способы удержания оружия и правильность прицеливания. Материальная часть автомата Калашникова, разборка, сборка, чистка, смазка и хранение автомата, осмотр и подготовка автомата к стрельбе, ведение огня из автомата, ручные осколочные гранаты	2		ОК 01,02,04,07	1
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) - опрос - практические задания Отработка начальных навыков обращения с оружием	4	2		2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям	0	6		3
Тема 2.5. Основы тактической подготовки	Теоретическое обучение	Основы общевойскового боя. Основные понятия общевойскового боя (бой, удар, огонь, маневр). Виды маневра. Походный, предбоевой и боевой порядок действий подразделений. Оборона, ее задачи и принципы. Наступление, задачи и способы	2		ОК 01,02,04,07	1
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) - опрос	4			2

		- практические задания				
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям	0	6		
Тема 2.6. Основы военной топографии	Основы военной подготовки				ОК 01,02,04,07	
	Теоретическое обучение	Местность как элемент боевой обстановки. Тактические свойства местности, основные её разновидности и влияние на боевые действия войск. Сезонные изменения тактических свойств местности. Типы укрытий на разных типах местности (горная, степь, лес и т.д.)	2			
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) Опрос по теме	4			
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям	0	6		
Тема 2.7. Основы инженерной подготовки	Теоретическое обучение	Порядок оборудования позиции отделения. Назначение, размеры и последовательность оборудования окопа для стрелка. Шанцевый инструмент, его назначение, применение и сбережение	2	2	ОК 01,02,04,07	1
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) - опрос - практические задания	4			
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям	0	6		
Тема 2.8. Основы военно-медицинской подготовки. Тактическая медицина	Теоретическое обучение	Виды боевых ранений и опасность их получения. Состав и назначение штатных и подручных средств первой помощи. Алгоритм оказания первой помощи при различных состояниях, в т.ч. боевых ранений. Условные зоны оказания первой помощи:	2		ОК 01,02,04,07	1

		характеристика особенностей «красной», «желтой» и «зеленой» зон. Объем мероприятий первой помощи в каждой зоне. Порядок выполнения мероприятий первой помощи в каждой зоне.				
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) Опрос по теме, практические задания Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации	2			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям	0	4		3
Тема 2.9. Символы воинской чести. Боевые традиции Вооруженных Сил России	Теоретическое обучение	Боевое Знамя части – символ воинской чести, доблести и славы. Боевые традиции Вооруженных сил РФ. Ордена – почетные награды за воинские отличия в бою и заслуги в военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Патриотизм и верность воинскому долгу. Дружба, войсковое товарищество..	2		ОК 01,02,04,07	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	0	4		3
	Модуль «Основы медицинских знаний» (для девушек)					
Тема 2.1. Общие правила оказания первой помощи	Теоретическое обучение	Оценка состояния пострадавшего. Общая характеристика поражений организма человека от воздействия опасных факторов. Общие правила и порядок оказания первой медицинской помощи. Первая доврачебная помощь при различных повреждениях и состояниях организма.	4		ОК 01,02,04,07	1

		Транспортная иммобилизация и транспортирование пострадавших при различных повреждениях				
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) Опрос по теме, практические задания Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации Первая помощь при отсутствии сознания, при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца) Первая помощь при наружных кровотечениях, при травмах различных областей тела Первая помощь при ожогах и воздействии высоких температур, при воздействии низких температур Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, при отравлениях	2			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям	0	6		3
Тема 2.2. Профилактика инфекционных заболеваний	Теоретическое обучение	Из истории инфекционных болезней. Классификация инфекционных заболеваний. Общие признаки инфекционных заболеваний. Естественный микробный фон кожи. Патогенные микроорганизмы. Бессимптомная латентная инфекция. Инфекционные заболевания и бактерионосительство. Периоды протекания инфекционных заболеваний. Воздушно-капельные инфекции. Желудочно-кишечные инфекции. Пищевые отравления бактериальными токсинами. Определение понятия «иммунитет». Виды и подвиды иммунитета. Антигены и антитела.	4		ОК 01,02,04,07	1

		Формы приобретенного иммунитета. Иммунитет и восприимчивость к инфекционным заболеваниям. Методы иммунопрофилактики. Общие принципы профилактики инфекционных заболеваний.				
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) Опрос по теме, практические задания Правила госпитализации инфекционных больных	2			2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям	0	6		3
Тема 2.3. Обеспечение здорового образа жизни	Теоретическое обучение	Здоровье и факторы его формирования. Здоровый образ жизни и его составляющие. Двигательная активность и здоровье. Питание и здоровье. Вредные привычки. Факторы риска. Понятие об иммунитете и его видах	4		ОК 01,02,04,07	1
	Практическое занятие	(в том числе в форме практической подготовки) Опрос по теме, практические задания Показатели здоровья и факторы, их определяющие Оценка физического состояния	2	2		2
	Самостоятельная работа	Подготовка к лекционным и практическим занятиям	0	6		3
Промежуточная аттестация / форма контроля		Диф.зачет				
Итого			90	90		

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 (БЖД)
- оснащение кабинета

№	Наименование оборудования	Техническое описание
I. Специализированная мебель и системы хранения		
Основное оборудование:		
	Стол компьютерный	нет
	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:		
	Наглядный материал	- сейф оружейный; - компьютер учителя, лицензионное программное обеспечение; - сетевой фильтр; - мини-экспресс лаборатория радиоционно-химической разведки; - дозиметр; - защитный костюм; - компас-азимут; - противогаз взрослый, фильтрующее-поглощающий; - макет гранаты Ф-1; - макет гранаты РГД-5;

¹Постановление 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"

		- респиратор; - дыхательная трубка (воздуховод); - гипотермический пакет; - индивидуальный перевязочный пакет; - бинт марлевый медицинский нестерильный; - вата медицинская компрессная; - косынка медицинская (перевязочная); - повязка медицинская большая стерильная; - повязка медицинская малая стерильная; - булавка безопасная; - жгут кровоостанавливающий эластичный; - шина проволочная (лестничная) для ног; - шина проволочная (лестничная) для рук; - носилки санитарные; - пипетка; - коврик напольный; - термометр электронный; - комплект масса-габаритных моделей оружия; - стрелковый тренажер; - макет простейшего укрытий в разрезе; - имитаторы ранений и поражений для тренажера-манекена; - тренажер для освоения навыков сердечно-легочной реанимации взрослого и ребенка.
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 радиационной и химической разведки» «Классификация защитных сооружений гражданской обороны» «Радиационная и химическая защита» «Маршалы Советского Союза, получившие звание в 1945 г.» «Ордена» «Медали»

3.2. Требования к учебно-методическому обеспечению

Учебно-методический материал по дисциплине Безопасность жизнедеятельности включает: лекции; практические занятия, разработку тематики по рефератам, эссе, материалы для подготовки презентаций, практические задания, дискуссии, разработку тестовых заданий, перечень вопросов к текущему контролю и промежуточной аттестации.

3.3. Интернет-ресурсы

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

2. <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, PowerPoint, ВКонтакте (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., 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/133924.html>

3.6. Дополнительная печатная или электронная литература

1. Михаиллиди, А. М. Безопасность жизнедеятельности и охрана труда на производстве: учебное пособие для СПО / А. М. Михаиллиди. — 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 IPRBOOKS [сайт URL: <https://www.iprbookshop.ru/100492.html>

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>

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

1. Журнал Специальная техника <https://www.iprbookshop.ru/33980.html>

2. Журнал Алгоритм безопасности <https://www.iprbookshop.ru/43989.html>

3. Словарь терминов, понятий, определений по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» <https://studfile.net/preview/4378494/page:57/>

4. 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 IPRBOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/101398.html>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, написания студентами рефератов, составления презентаций, тестирования, написания эссе.

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
Тема 1.1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности	Выполнение практических заданий Тестирование Защита рефератов Подготовка презентаций Дискуссия Опрос по теме Эссе Ситуационные задачи
Тема 1.2. Безопасное поведение человека в чрезвычайных ситуациях	
Раздел 2. Основы военной службы и медицинской подготовки	
Модуль «Основы военной службы» (для юношей)»	
Тема 2.1. Основы военной безопасности Российской Федерации	
Тема 2.2. Организационные и правовые основы военной службы в Российской Федерации	
Тема 2.3. Основы строевой и физической подготовки	
Тема 2.4. Основы огневой подготовки	
Тема 2.5. Основы тактической подготовки	
Тема 2.6. Основы военной топографии	
Тема 2.7. Основы инженерной подготовки	
Тема 2.8. Основы военно-медицинской подготовки. Тактическая медицина	
Тема 2.9. Символы воинской чести. Боевые традиции Вооруженных Сил России	
Модуль «Основы медицинских знаний» (для девушек)	
Тема 2.1. Общие правила оказания первой помощи	
Тема 2.2. Профилактика инфекционных заболеваний	
Тема 2.3. Обеспечение здорового образа жизни	

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

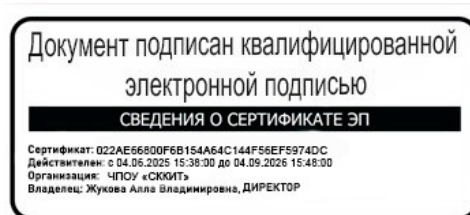
Задание для дифференцированного зачета состоит из теоретических вопросов. Распределение вопросов студентам осуществляется преподавателем. Необходимо ответить на два теоретических вопроса. Преподавателем могут быть заданы дополнительные вопросы для более полной оценки знаний студентов.

Результаты подготовки обучающихся при освоении по учебной дисциплине определяется оценками:

Показатель (проявления)	
неудовлетворительно	Оценка «неудовлетворительно» ставится в том случае, если студент дает точные формулировки и истолкование основных понятий, не может выстроить логический ответ по собственному плану, затрудняется сопроводить ответ примерами, затрудняется устанавливать связь с изученным материалом дисциплины.
удовлетворительно	Оценка «удовлетворительно» ставится в том случае, если студент дает точные формулировки и истолкование основных понятий, допускает недочеты при построении ответа по собственному плану (ответ на вопрос дается не в полном объеме), затрудняется сопроводить ответ примерами, затрудняется устанавливать связь с изученным материалом по дисциплине
хорошо	Оценка «хорошо» ставится в том случае, если студент дает точные формулировки и истолкование основных понятий, строит ответ по собственному плану (ответ на вопрос дается в полном объеме), сопровождает ответ примерами, затрудняется устанавливать связь с изученным материалом по дисциплине.
отлично	Оценка «отлично» ставится в том случае, если студент дает точные формулировки и истолкование основных понятий, строит ответ по собственному плану (ответ на вопрос дается в полном объеме), сопровождает ответ примерами, устанавливает связь с изученным материалом по дисциплине.

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

Рассмотрена и утверждена
на Педагогическом совете
от 19.03.2026 Протокол №
03



УТВЕРЖДАЮ
Директор ЧПОУ
«СККИТ»
А.В. Жукова
«19» марта 2026

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ
БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

09.02.06 СЕТЕВОЕ И СИСТЕМНОЕ АДМИНИСТРИРОВАНИЕ

Системный администратор

Пятигорск-2026

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 и выделять её составные части определять этапы решения задачи, составлять план действия, реализовывать составленный план, определять необходимые ресурсы выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)	актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить структура плана для решения задач, алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях основные источники информации и ресурсы для решения задач и/или проблем в профессиональном и/или социальном контексте методы работы в профессиональной и смежных сферах 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, планировать процесс поиска, выбирать необходимые источники информации выделять наиболее значимое в перечне информации, структурировать получаемую информацию, оформлять результаты поиска оценивать практическую значимость результатов поиска применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач	номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности приемы структурирования информации формат оформления результатов поиска информации современные средства и устройства информатизации, порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности, в том числе цифровые средства

	использовать современное программное обеспечение в профессиональной деятельности использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач	
ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности
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

09.02.06 СЕТЕВОЕ И СИСТЕМНОЕ АДМИНИСТРИРОВАНИЕ

Системный администратор

1. ПАСПОРТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Матрица учебных заданий

№	Наименование темы	Вид контрольного задания
Раздел 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности и поведение человека в чрезвычайных ситуациях		
1	Тема 1.1. Теоретические основы 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 1.2. Безопасное поведение человека в чрезвычайных ситуациях	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
Раздел 2. Основы военной службы и медицинской подготовки		
Модуль «Основы военной службы» (для юношей)»		
3	Тема 2.1. Основы военной безопасности Российской Федерации	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 2.2. Организационные и правовые основы военной службы в Российской Федерации	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям, подготовка реферата, подготовка презентации Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - презентации - дискуссия Самоподготовка будущего призывника к

		осуществлению военной деятельности
5	Тема 2.3. Основы строевой и физической подготовки	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - практические задания Строевая и физическая подготовка
6	Тема 2.4. Основы огневой подготовки	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - практические задания Отработка начальных навыков обращения с оружием
7	Тема 2.5. Основы тактической подготовки	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - практические задания
8	Тема 2.6. Основы военной топографии	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос
9	Тема 2.7. Основы инженерной подготовки	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - практические задания
10	Тема 2.8. Основы военно-медицинской подготовки. Тактическая медицина	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - практические задания Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации

11	Тема 2.9. Символы воинской чести. Боевые традиции Вооруженных Сил России	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос -практические задания
Модуль «Основы медицинских знаний» (для девушек)		
12	Тема 2.1. Общие правила оказания первой помощи	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - практические задания Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации Первая помощь при отсутствии сознания, при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца) Первая помощь при наружных кровотечениях, при травмах различных областей тела Первая помощь при ожогах и воздействии высоких температур, при воздействии низких температур Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, при отравлениях
13	Тема 2.2. Профилактика инфекционных заболеваний	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - практические задания Правила госпитализации инфекционных больных
14	Тема 2.3. Обеспечение здорового образа жизни	Самостоятельная работа Подготовка к лекционным и практическим занятиям Практическое занятие (в том числе в форме практической подготовки): - опрос - практические задания Оценка физического состояния

2. ОПИСАНИЕ ОЦЕНОЧНЫХ ПРОЦЕДУР ПО ПРОГРАММЕ

2. ОПИСАНИЕ ОЦЕНОЧНЫХ ПРОЦЕДУР ПО ПРОГРАММЕ

Тема 1.1. Теоретические основы 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 1.2. Безопасное поведение человека в чрезвычайных ситуациях

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 предупреждения 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.

Раздел 2. Основы военной службы и медицинской подготовки

Модуль «Основы военной службы» (для юношей)»

Тема 2.1. Основы военной безопасности Российской Федерации

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 2.2. Организационные и правовые основы военной службы в Российской Федерации

Вопросы для устного опроса:

1. Основные понятия о воинской обязанности.
2. Воинский учет.
3. Организация воинского учета и его предназначение.
4. Первоначальная постановка граждан на воинский учет.
5. Обязанности граждан по воинскому учету.
6. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.
7. Основное содержание обязательной 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 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 воинской обязанности?
2. Гражданка С. закончила фармацевтическое училище в 2007 г. Обязана ли она встать на воинский учет? Если обязана, то в каком военном комиссариате и в какой срок?
3. Гражданин С. при первоначальной постановке на воинский 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 воинский 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»

Самоподготовка будущего призванного к осуществлению военной деятельности

Тема 2.3. Основы строевой и физической подготовки

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.

Строевая и физическая подготовка

Тема 2.4. Основы огневой подготовки

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	

Отработка начальных навыков обращения с оружием

Тема 2.5. Основы тактической подготовки

Вопросы для устного опроса:

Основы общевойскового боя.

Основные понятия общевойскового боя (бой, удар, огонь, маневр).

Виды маневра.

Походный, предбоевой и боевой порядок действия подразделений.

Оборона, ее задачи и принципы. Наступление, задачи и способы

Презентация на тему «Основные понятия общевойскового боя»

Основы военной подготовки

Тема 2.6. Основы военной топографии

Вопросы для устного опроса:

Местность как элемент боевой обстановки.

Тактические свойства местности, основные её разновидности и влияние на боевые действия войск.

Сезонные изменения тактических свойств местности.

Типы укрытий на разных типах местности (горная, степь, лес и т.д.)

Тема 2.7. Основы инженерной подготовки

Вопросы для устного опроса:

Порядок оборудования позиции отделения.

Назначение, размеры и последовательность оборудования окопа для стрелка.

Шанцевый инструмент, его назначение, применение и бережение

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 2.8. Основы военно-медицинской подготовки. Тактическая медицина

Вопросы для устного опроса:

Виды боевых ранений и опасность их получения.

Состав и назначение штатных и подручных средств первой помощи.

Алгоритм оказания первой помощи при различных состояниях, в т.ч. боевых ранений.

Условные зоны оказания первой помощи: характеристика особенностей «красной», «желтой» и «зеленой» зон.

Объем мероприятий первой помощи в каждой зоне.

Порядок выполнения мероприятий первой помощи в каждой зоне.

Практические задания:

Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации

Тема 2.9. Символы воинской чести. Боевые традиции Вооруженных Сил России

Вопросы для устного опроса:

Боевое Знамя части – символ воинской чести, доблести и славы.

Боевые традиции Вооруженных сил РФ.

Ордена – почетные награды за воинские отличия в бою и заслуги в военной службе.

Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Патриотизм и верность воинскому долгу.

Дружба, войсковое товарищество.

Модуль «Основы медицинских знаний» (для девушек)

Тема 2.1. Общие правила оказания первой помощи

Вопросы для устного опроса:

Оценка состояния пострадавшего.

Общая характеристика поражений организма человека от воздействия опасных факторов.

Общие правила и порядок оказания первой медицинской помощи.

Первая доврачебная помощь при различных повреждениях и состояниях организма.

Транспортная иммобилизация и транспортирование пострадавших при различных повреждениях

Практические задания:

Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации

Первая помощь при отсутствии сознания, при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца)

Первая помощь при наружных кровотечениях, при травмах различных областей тела

Первая помощь при ожогах и воздействии высоких температур, при воздействии низких температур

Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, при отравлениях

Тема 2.2. Профилактика инфекционных заболеваний

Вопросы для устного опроса:

1. Из истории инфекционных болезней.
2. Классификация инфекционных заболеваний.
3. Общие признаки инфекционных заболеваний.
4. Естественный микробный фон кожи.
5. Патогенные микроорганизмы.
6. Бессимптомная латентная инфекция.
7. Инфекционные заболевания и бактерионосительство.
8. Периоды протекания инфекционных заболеваний.
9. Воздушно-капельные инфекции.

10. Желудочно-кишечные инфекции.
11. Пищевые отравления бактериальными токсинами.
12. Определение понятия «иммунитет».
13. Виды и подвиды иммунитета.
14. Антигены и антитела.
15. Формы приобретенного иммунитета.
16. Иммунитет и восприимчивость к инфекционным заболеваниям.
17. Методы иммунопрофилактики.
18. Общие принципы профилактики инфекционных заболеваний.

Практическое задание:

Правила госпитализации инфекционных больных

Тема 2.3. Обеспечение здорового образа жизни

Вопросы для устного опроса:

1. Здоровье и факторы его формирования.
2. Здоровый образ жизни и его составляющие.
3. Двигательная активность и здоровье.
4. Питание и здоровье.
5. Вредные привычки.
6. Факторы риска.
7. Понятие об иммунитете и его видах

Практическое задание:

Оценка физического состояния

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?
6. Определите травму по рисунку.



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

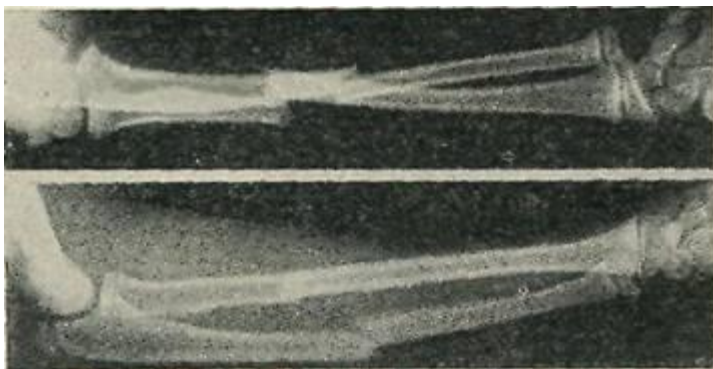
О какой травме можно подумать?

Окажите первую медицинскую помощь

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

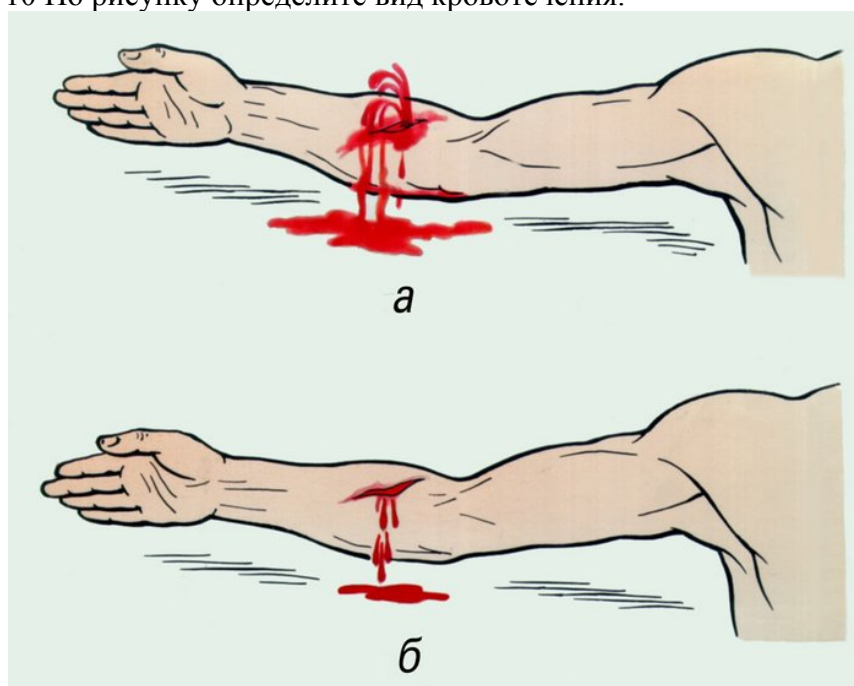
(Повязка Чепец является наиболее надежной повязкой для волосистой части головы)

9 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.

10 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?

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 рискованной 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) ноосфера
- 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 экспертных 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 ПО ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

09.02.06 СЕТЕВОЕ И СИСТЕМНОЕ АДМИНИСТРИРОВАНИЕ

Системный администратор

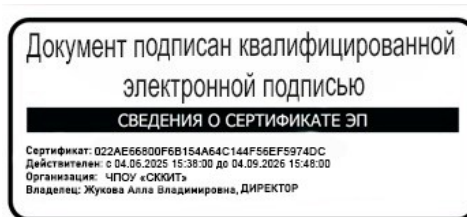
Вопросы для подготовки к дифференцированному зачету

- 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 предупреждение 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»**

Рассмотрена и утверждена
на Педагогическом совете
от 19.03.2026 Протокол №
03



УТВЕРЖДАЮ
Директор ЧПОУ
«СККИТ»
А.В. Жукова
«19» марта 2026

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

09.02.06 СЕТЕВОЕ И СИСТЕМНОЕ АДМИНИСТРИРОВАНИЕ

Системный администратор

Пятигорск-2026

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 (TimesNewRoman). 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 исправленное место 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 сути 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.