



**Федеральное агентство морского и речного транспорта
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Государственный университет морского и речного флота
имени адмирала С.О. Макарова»
Велико-Устюгский филиал ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени адмирала С.О. Макарова»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

БУП.11 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА

по специальности

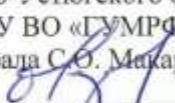
26.02.03 СУДОВОЖДЕНИЕ

квалификация

**СТАРШИЙ ТЕХНИК-СУДОВОДИТЕЛЬ С ПРАВОМ ЭКСПЛУАТАЦИИ
СУДОВЫХ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИХ УСТАНОВОК**

**г. Великий Устюг
2023 г.**

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе
Велико-Устюгского филиала
ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени
адмирала С.О. Макарова»
 И.С.Овдов

31 08 2023

УТВЕРЖДЕНА

Директор Велико-Устюгского
филиала ФГБОУ ВО «ГУМРФ
имени адмирала С.О. Макарова»


 В.В.Казakov

31 08 2023

ОДОБРЕНА

на заседании предметно-цикловой
комиссии общеобразовательных,
общетехнических и социально-экономических
дисциплин

Протокол от 31.08.2023 № 1

Председатель  А.В.Пестовникова

Разработчик:

Заворотов Константин Витальевич преподаватель Велико-Устюгского филиала ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени адмирала С.О. Макарова»

Рабочая программа общеобразовательного учебного предмета БУП.11 Основы безопасности жизнедеятельности разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом СОО, утвержденным Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 с изменениями и дополнениями, Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 2 декабря 2020 г. N 691, по специальности 26.02.03 Судовождение, примерной рабочей программой общеобразовательной дисциплины для профессиональных образовательных организаций и Положением об основной образовательной программе – программе подготовки специалистов среднего звена (Приказ № 1034 от 31.08.2021г.), с учётом Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года.

СОДЕРЖАНИЕ

1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	4
2.СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	16
3.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	25
4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	27

1. ОБЩАЯ ХРАКТЕИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА БУП 11 «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

1.1. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Общеобразовательный учебный предмет БУП 11 «Основы безопасности жизнедеятельности», является обязательной частью общеобразовательного цикла образовательной программы СПО в соответствии с ФГОС СПО по специальности 26.02.03 «Судовождение».

1.2. Цели и планируемые результаты освоения учебного предмета:

1.2.1. Цели и задачи учебного предмета

Содержание программы общеобразовательного учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение результатов ее изучения в соответствии с требованиями ФГОС СОО с учетом профессиональной направленности ФГОС СПО и на достижение целей и задач:

1.2.2. Планируемые результаты освоения общеобразовательного учебного предмета в соответствии с ФГОС СПО и на основе ФГОС СОО.

Особое значение учебный предмет имеет при формировании и развитии ОК и ПК.

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты обучения	
	Общие (Личностные, метапредметные)	Предметные
ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	<p>В части трудового воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> -готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие; -готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность; -интерес к различным сферам профессиональной деятельности. <p>Овладение универсальными учебными познавательными действиями:</p> <p>а)базовые логические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> -самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне; -устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения; 	<p>Сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций;</p> <p>-знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.</p>

	<p>-определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;</p>	
	<p>-выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях; -вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности; -развивать креативное мышление при решении жизненных проблем; б)базовые исследовательские действия: -владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; -выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения; -анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях; -уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности; -уметь интегрировать знания из разных предметных областей; -выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения; Способность их</p>	

	использования в познавательной и социальной практике	
<p align="center">ОК 02</p> <p align="center">Использовать современные средства поиска, анализа и интерпритации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности</p>	<p>В области ценности научного познания:</p> <ul style="list-style-type: none"> -сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, способствующего осознанию своего места в поликультурном мире; -совершенствование языковой и читательской культуры как средства взаимодействия между людьми и познания мира; -осознание ценности научной деятельности, готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе; <p>Овладение универсальными учебными познавательными действиями:</p> <p>в)работа с информацией:</p> <ul style="list-style-type: none"> -владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск , анализ, систематизации. И интерпритацию информации различных видов и форм представления ; -создавать тексты в различных форматах с учетом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и 	<ul style="list-style-type: none"> -проявить нетерпимость к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; -знать о способах безопасного поведения в цифровой среде; -уметь применять их на практике; -уметь распознать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им.

	<p>визуализации;</p> <ul style="list-style-type: none"> -оценивать достоверность, легитимность информации, ее соответствие правовым и морально-этическим нормам; -использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности; -владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности; 	
<p>ОК 03 Планировать и реализовать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.</p>	<p>В области духовно-нравственного воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> -сформированность нравственного сознания, этического поведения; -способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности; -осознание личного вклада в построение устойчивого будущего; -ответственное отношение к своим родителям и (или) другим членам семьи, созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни в соответствии с традициями народов России; <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>а)самоорганизация:</p> <ul style="list-style-type: none"> -самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности в жизненных 	<p>Сформировать представления о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства, знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;</p> <ul style="list-style-type: none"> -владеть основами медицинских знаний: Владеть приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; -знать меры профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; -сформировать представления о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; -знать о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера; -сформировать представления о роли

	<p>ситуациях;</p> <p>-самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;</p> <p>-давать оценку новым ситуациям;</p> <p>способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень;</p> <p>б)самоконтроль:</p> <p>-использовать приемы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения;</p> <p>-уметь оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению;</p> <p>в)эмоциональный интеллект, предполагающий сформированность:</p> <p>внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать, исходя из своих возможностей;</p> <p>-эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других, учитывать его при осуществлении коммуникации, способность к сочувствию и сопереживанию;</p> <p>-социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и азрешать конфликты</p>	<p>России в современном мире;</p> <p>Угрозах военного характера;</p> <p>роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира;</p> <p>Знать основы обороны государства и воинской службы;</p> <p>Прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны.</p>
<p>ОК 04</p> <p>Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде</p>	<p>-готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;</p> <p>-овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;</p> <p>Овладение универсальными коммуникативными действиями:</p> <p>б)совместная деятельность:</p>	<p>-знать основы безопасного, конструктивного общения,</p> <p>-уметь различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера;</p> <p>-уметь предупреждать опасные явления и противодействовать им</p>

	<p>-понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;</p> <p>-принимать цели совместной деятельности, организовать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы;</p> <p>- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;</p> <p>-осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным</p> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>г)принятие себя и других людей:</p> <p>принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности;</p> <p>-признавать свое право и право других людей на ошибки;</p> <p>-развивать способность понимать мир с позиции другого человека.</p>	
<p>ОК 06</p> <p>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.</p>	<p>-осознание обучающимися российской гражданской идентичности;</p> <p>-целенаправленное развитие внутренней позиции личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций, формирование системы ценностно-смысловых установок, антикоррупционного мировоззрения, правосознания, экологической культуры, способности ставить цели и строить</p>	<p>-сформировать представления о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;</p> <p>-знать основы безопасного, конструктивного общения, уметь различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;</p> <p>-сформировать представление об опасности и негативном влиянии на</p>

	<p>жизненные планы;</p> <p>В части гражданского воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> -осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка; -принятие традиционных национальных, общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей; -готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам; -готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в общеобразовательной организации и детско-юношеских организациях; -умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением; -готовность к гуманитарной и волонтерской деятельности; <p>Патриотического воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> -сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России; -ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях и труде; -идейная убежденность, готовность к служению и 	<p>жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знать роль государства в противодействии терроризму; уметь различать приемы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знать порядок действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знать порядок действий при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции;</p> <ul style="list-style-type: none"> -сформировать представление о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира; Знать основы обороны государства и воинской службы; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны; -знать основы государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области; -знать основы государственной системы, российского законодательства,
--	---	---

	<p>защите Отечества, ответственность за его судьбу; Освоение обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные);</p> <p>-способность их использования в познавательной и социальной практике, готовность к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности, организации учебного сотрудничества с педагогическими работниками и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории;</p> <p>-овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности.</p>	<p>направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;</p> <p>сформировать представление о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности</p>
<p>ОК 07</p> <p>Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях</p>	<p>В области экологического воспитания:</p> <p>-сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознание глобального характера экологических проблем;</p> <p>-планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества;</p> <p>-активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;</p> <p>-умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их;</p> <p>-расширение опыта деятельности экологической направленности;</p> <p>-овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности</p>	<p>-сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); Владеть основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>-сформировать представления о важности соблюдения правил дорожного движения всем участникам движения, правил безопасности на транспорте. Знать правила безопасного поведения на транспорте, уметь применять их на практике, знать о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;</p> <p>-знать о способах безопасного поведения в природной среде; уметь</p>

		<p>применять их на практике; Знать порядок действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; Сформированность представления об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования; -знать основы пожарной безопасности; уметь применять их на практике для предупреждения пожаров; Знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, природной среде; Знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.</p>
<p>ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<p>-готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; -наличие мотивации к обучению и личностному развитию; В части физического воспитания: -сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью; -потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; -активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью; Овладение универсальными регулятивными действиями: а)самоорганизация: -самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений; -давать оценку новым ситуациям; -расширять рамки учебного</p>	<p>-владеть основами медицинских знаний: владеть приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знать мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформировать представления о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам ; знать о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера</p>

	<p>предмета на основе личных предпочтений;</p> <ul style="list-style-type: none"> -делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение; -оценивать приобретенный опыт; -способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень. 	
<p>ПК 2.1. Организовывать мероприятия по обеспечению транспортной безопасности ПК 2.5. Оказывать первую помощь пострадавшим ПК 3.2. Соблюдать меры предосторожности во время погрузки и выгрузки и обращения с опасными и вредными грузами во время рейса</p>	<p>личностных:</p> <ul style="list-style-type: none"> -развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз; -готовность к служению Отечеству, его защите; -формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности; -исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.); -воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности; -освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; <p>метапредметных:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; - обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; - выявлять 	<p>предметных:</p> <ul style="list-style-type: none"> -сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора; -получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз; -сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; -сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности; -освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций

	<p>причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности; - формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; - приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий; - развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение; <p>-формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;</p> <p>-формирование умения предвидеть возникновение</p>	<p>природного, техногенного и социального характера;</p> <ul style="list-style-type: none"> -освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека; -развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; -формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники; -развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; -получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки; -освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе; -владение основами медицинских знаний и
--	--	--

	<p>опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;</p> <p>-развитие умения применять полученные теоретические знания на практике;</p> <p>-принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;</p> <p>-формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;</p> <p>-развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;</p> <p>-освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;</p> <p>-приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;</p> <p>-формирование установки на здоровый образ жизни;</p> <p>-развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;</p>	<p>оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.</p>
--	---	--

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебного предмета	40
в том числе:	
Основное содержание	23
в том числе:	
теоретическое обучение	19
практические занятия	4
лабораторные занятия	0
Профессионально-ориентированное содержание (содержание прикладного модуля)	17
в том числе:	
теоретическое обучение	12
Практические занятия	5
Промежуточная аттестация - дифференцированный зачет	1

2.2. Тематический план и содержание учебного предмета БУП.11 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование тем/разделов	Содержание учебного материала и формы организации учебной деятельности обучающихся	Объем в часах	Компетенции и УУД, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Введение	<p>Актуальность изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи учебного предмета. Основные теоретические положения учебного предмета, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность».</p> <p>Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности – современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО.</p>	2	<p>ОК 01-ОК 04, ОК 06-ОК 08</p> <p>Регулятивные Познавательные Коммуникативные</p>
Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	<p>1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.</p> <p>1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.</p> <p>1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.</p> <p>1.4. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.</p> <p>1.5. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов,</p>	4	<p>ОК 01-ОК 04, ОК 06-ОК 08, ПК 2.1, ПК 3.2</p> <p>Регулятивные Познавательные Коммуникативные</p>

	<p>велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.</p> <p>1.6. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.</p> <p>1.7. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».</p>		
	<p>Практические/лабораторные занятия: Практическое занятие № 1 Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.</p>	2	ОК 01-ОК 04, ОК 06-ОК 08 ПК 2.1, ПК 3.2 Регулятивные Познавательные Коммуникативные
Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	<p>2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Фазы развития чрезвычайных ситуаций.</p> <p>2.2. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).</p> <p>2.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</p> <p>2.4. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.</p> <p>2.5. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.</p> <p>2.6. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды</p>	6	ОК 01-ОК 04, ОК 06-ОК 08 Познавательные Коммуникативные

	<p>защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны.</p> <p>Правила поведения в защитных сооружениях.</p> <p>2.7. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.</p> <p>2.8. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.</p> <p>2.9. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.</p> <p>2.10 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств.</p> <p>2.11 Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.</p>		
	<p>Практические/лабораторные занятия: <i>Практическое занятие № 2</i> Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. Изучение первичных средств пожаротушения. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.</p>	2	ОК 01-ОК 04, ОК 06- ОК 08 Регулятивные Познавательные Коммуникативные
<p>Тема № 3. Основы обороны</p>	<p>3.1. История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности.</p>	10	ОК 01-ОК 04, ОК 06- ОК 08 Познавательные

государства и воинская обязанность	Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.		Коммуникативные
	3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура.		
	3.3. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Воздушно-космические силы: история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси, Национальная гвардия. Их состав и предназначение.		
	3.4. Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.		
	3.5. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. 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.		
	3.6. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.		

	<p>3.7. Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.</p>		
	<p>3.8. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.</p>		
	<p>3.9. 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 – защитник своего Отечества. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.</p>		
	<p>3.10. Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие – принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.</p>		
	<p>3.11. Как стать офицером Российской армии. Основные виды военных образовательных</p>		

	<p>учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.</p> <p>Тема 3.12. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. 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.</p> <p>Тема 3.13. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. 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 службе.</p>		
	<p>Практические/лабораторные занятия: Практическое занятие № 3 Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции. Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.</p>	2	ОК 01-ОК 04, ОК 06-ОК 08 Регулятивные Познавательные Коммуникативные
<p>Тема 4. Основы медицинских знаний</p>	<p>4.1. Понятие первой помощи. Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».</p> <p>4.2. Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа.</p> <p>4.3. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.</p> <p>4.4. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и</p>	8	ОК 01-ОК 04, ОК 06-ОК 08, ПК 2.5 Регулятивные Познавательные Коммуникативные

	<p>общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.</p> <p>4.5. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.</p> <p>4.6. Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.</p> <p>4.7. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.</p> <p>4.8. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.</p> <p>4.9. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.</p> <p>4.10. Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока.</p> <p>4.11. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.</p> <p>4.12. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.</p> <p>4.13. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.</p> <p>4.14. Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.</p> <p>Практические/лабораторные занятия:</p>		
		3	ОК 01-ОК 04, ОК 06-

	Практическое занятие № 4 Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.		ОК 08 ПК 2.5 Регулятивные Познавательные Коммуникативные
Промежуточная аттестация - дифференцированный зачет (2 часа)		1	
		Всего:	40

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

3.1. Для реализации программы учебного предмета предусмотрены следующие специальные помещения:

Оснащенность специальных помещений	Перечень лицензионного программного обеспечения
Кабинет «Кабинет безопасности жизнедеятельности» 303 каб.	
Комплект учебной мебели (столы, стулья, классная доска). Ноутбук Packard bell; Акустическая система; Принтер «HP»; Мультимедийный видеопроектор; Экран; Информационные стенды, плакаты, брошюры; Информационные переносные тематические стенды; Информационные настенные модули; Средства защиты органов дыхания (ИП-4, ГДЗК; ГП-5) Образцы военной формы одежды; Спасательный жилет – 1 шт.	Microsoft Corporation Windows 8 Microsoft Office 2003
Комплект учебной мебели (столы, стулья, классная доска). Телевизор «Ситроникс»; Видеомагнитофон «VHS»; Стенды, плакаты; Прибор радиационной разведки; Компасы; Визирная линейка; Сумка медицинская СМС; Бинты марлевые 10 x 15; Вата гигроскопическая нестерильная, 50гр.; Шина транспортная Дитерихса для нижних конечностей; Генератор дыма; Противогазы; Стрелковый станок; Боевая одежда пожарного (комплект); Аппарат на сжатом воздухе «ФАРВАТЕР»; Стволы пожарные; Пожарные рукава; Верёвка пожарная; Тренажер «ИЛЮША»; Военная форма (х/б); Берет; Пояс пожарного с карабином; Общевоинской защитный комплект (ОЗК) Спасательные жилеты – 15 шт.	нет

3.2. Информационное обеспечение реализации программы (В основной литературе использование учебников из федерального перечня обязательно)

Приказа Минпросвещения России от 23.12.2020 № 766 О внесении изменений в федеральный перечень учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20 мая 2020 г. № 254)

Наименование издания	Автор	Вид издания (учебник, учебное пособие, методические указания, практикум и т.п., ссылка на информационный ресурс)	Реквизиты издания/доступ к информационному ресурсу
Основная литература			
Основы безопасности жизнедеятельности 10-11 класс	Ким С.В., Горский В.А.	Учебник	М.: Вентана-Граф, 2019. -400с.
Основы безопасности жизнедеятельности	Хван Т.А.	Учебное пособие [электронный ресурс]	Ростов-на-Дону: Изд-во «Феникс», 2014 – 243 с: ил., табл., схемы Режим доступа: Университетская библиотека online
Основы безопасности жизнедеятельности на водном транспорте	Баранов Е.Ф., Новиков В.Н., Сазанов В.Г.	Учебное пособие [электронный ресурс]	М.: Альтаир – ИГАВТ, 2014 – 416 с: ил. Режим доступа: Университетская библиотека online
Безопасность жизнедеятельности	Под ред. Вишнякова Я.Д.	Учебник	М.: Издательство ЮРАЙТ, 2015.-543с.
Дополнительная литература			
Безопасность жизнедеятельности	Арустамов, Э.А., Косолапова, Н.В.	Учебник [Электронный ресурс]	М.: ИЦА, 2015.-176с. Режим доступа: (ЭБС Академия)
ОБЖ. Основы безопасности жизни:		Ежемесячный научно-методический и информационный журнал	ЗАО Издательство Русский журнал»
Военно-исторический журнал:		Ежемесячный журнал Министерства обороны РФ.	ФГКУ «Редакционно- издательский центр» Мин. обороны РФ
Интернет-ресурсы			
<ol style="list-style-type: none"> www.mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ). www.mvd.ru (сайт МВД РФ). www.mil.ru (сайт Минобороны). www.fsb.ru (сайт ФСБ РФ). http://sdo.gumrf.ru/course/view.php?id=196 (Учебный электронный курс Основ безопасности жизнедеятельности в СДО «ФАРВАТЕР»). http://mityaevi.ucoz.ru/index/osnovy_bezopasnosti_zhiznedejatelnosti/0-5 (Персональный сайт преподавателя-организатора ОБЖ Митяева И.И. «ОБЖ в ПРУ»). 			

УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Контроль и оценка раскрываются через предметные результаты, усвоенные знания и приобретенные обучающимися умения, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций

Общая/профессиональная компетенция	Раздел/Тема	Тип оценочных мероприятий
ОК 01-ОК 04, ОК 06- ОК 08	Введение Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения Тема № 3. Основы обороны государства и воинская обязанность Тема 4. Основы медицинских знаний	-Текущий контроль в форме: -тестирование; -кейс задания; -устный опрос; -эссе, доклады, рефераты; Контрольная работа; -оценка выполнения практических заданий. Промежуточная аттестация в форме: -дифференцированный зачет/экзамен
ПК 2.1, ПК 3.2	Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	
ПК 2.5	Тема 4. Основы медицинских знаний	



**ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО МОРСКОГО И РЕЧНОГО ТРАНСПОРТА
ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени адмирала С.О. Макарова»
Велико-Устюгский филиал Федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Государственный университет морского и речного флота
имени адмирала С.О. Макарова»**

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

БУП.11 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА
по специальности
26.02.03 «Судовождение»**

квалификация

Старший техник-судоводитель с правом эксплуатации судовых энергетических установок

г. Великий Устюг
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе
Велико-Устюгского филиала
ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени
адмирала С.О.Макарова»


И.С.Овдов

31 08 2023

УТВЕРЖДАЮ

Директор Велико-Устюгского филиала
ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени адмирала С.О.
Макарова»


В.В.Казakov



31 08 2023

ОДОБРЕНО

на заседании ПЦК общеобразовательных,
общетехнических и
социально-экономических дисциплин
Протокол от 31.08.2023 № 1

Председатель: А.В.Пестовникова



СОГЛАСОВАНО

И.о.первого заместителя
руководителя-капитана ФБУ
«Администрация Двинско-Печорского
бассейна внутренних водных путей»


В.Л.Есенеев

31 08 2023

РАЗРАБОТЧИК: Заворотов Константин Витальевич, преподаватель Велико-Устюгского филиала ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени адмирала С.О. Макарова»

Комплект контрольно-оценочных средств по учебной дисциплине БУП.11 Основы безопасности жизнедеятельности разработан в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 2 декабря 2020 г. № 691 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 03.02.2021, регистрационный №62347) по специальности 26.02.03 «Судовождение», профессиональным стандартом «Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования», утвержденным Приказом Минтруда России от 29.11.2019 г. № 745н, рабочей программой учебной дисциплины.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ.....	31
2. КОДИФИКАТОР ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ.....	43
3. СИСТЕМА ОЦЕНКИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО КАЖДОМУ ОЦЕНОЧНОМУ СРЕДСТВУ.....	36
4. БАНК КОМПЕТЕНТНОСТНО-ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ОЦЕНКИ УСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	43

**ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ
БУП.11 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Контрольно-оценочные средства (КОС) являются частью нормативно-методического обеспечения системы оценивания качества освоения обучающимися программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 26.02.03 «Судовождение» и обеспечивают повышение качества образовательного процесса.

КОС по учебному предмету представляет собой совокупность контролирующих материалов, предназначенных для измерения уровня достижения обучающимся установленных результатов обучения.

КОС по учебному предмету используется при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в виде дифференцированного зачета.

Форма промежуточной аттестации:

Семестр	Форма промежуточной аттестации
II семестр	дифференцированный зачёт

1.2 Результаты освоения учебного предмета, подлежащие проверке.

Освоение содержания учебного предмета БУП.11 Основы безопасности жизнедеятельности обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты обучения	
	Общие (Личностные, метапредметные)	Предметные
ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	<p>В части трудового воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> -готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие; -готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность; -интерес к различным сферам профессиональной деятельности. <p>Овладение универсальными учебными познавательными действиями:</p> <p>а)базовые логические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> -самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне; -устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и 	<p>Сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций;</p> <p>-знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.</p>

	<p>обобщения; -определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;</p>	
	<p>-выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях; -вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности; -развивать креативное мышление при решении жизненных проблем; б) базовые исследовательские действия: -владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; -выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения; -анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях; -уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности; -уметь интегрировать знания из разных предметных областей; -выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения; Способность их использования в</p>	

	<p>познавательной и социальной практике</p>	
<p>ОК 02 Использовать современные средства поиска, анализа и интерпритации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности</p>	<p>В области ценности научного познания: -сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, способствующего осознанию своего места в поликультурном мире; -совершенствование языковой и читательской культуры как средства взаимодействия между людьми и познания мира; -осознание ценности научной деятельности, готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе; Овладение универсальными учебными познавательными действиями: в)работа с информацией: -владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск , анализ, систематизации. И интерпритацию информации различных видов и форм представления ; -создавать тексты в различных форматах с учетом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации;</p>	<p>-проявить нетерпимость к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; -знать о способах безопасного поведения в цифровой среде; -уметь применять их на практике; -уметь распознать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им.</p>

	<p>-оценивать достоверность, легитимность информации, ее соответствие правовым и морально-этическим нормам;</p> <p>-использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;</p> <p>-владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности;</p>	
<p>ОК 03</p> <p>Планировать и реализовать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.</p>	<p>В области духовно-нравственного воспитания:</p> <p>-сформированность нравственного сознания, этического поведения;</p> <p>-способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности;</p> <p>-осознание личного вклада в построение устойчивого будущего;</p> <p>-ответственное отношение к своим родителям и (или) другим членам семьи, созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни в соответствии с традициями народов России;</p> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>а)самоорганизация:</p> <p>-самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности в жизненных ситуациях;</p> <p>-самостоятельно составлять</p>	<p>Сформировать представления о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства, знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;</p> <p>-владеть основами медицинских знаний:</p> <p>Владеть приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях;</p> <p>-знать меры профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья;</p> <p>-сформировать представления о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам;</p> <p>-знать о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера;</p> <p>-сформировать представления о роли России в современном мире;</p> <p>Угрозах военного характера;</p>

	<p>план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;</p> <p>-давать оценку новым ситуациям;</p> <p>способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень;</p> <p>б)самоконтроль;</p> <p>-использовать приемы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения;</p> <p>-уметь оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению;</p> <p>в)эмоциональный интеллект, предполагающий сформированность: внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать, исходя из своих возможностей;</p> <p>-эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других, учитывать его при осуществлении коммуникации, способность к сочувствию и сопереживанию;</p> <p>-социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и азрешать конфликты</p>	<p>роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира;</p> <p>Знать основы обороны государства и воинской службы;</p> <p>Прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны.</p>
<p>ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде</p>	<p>-готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;</p> <p>-овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;</p> <p>Овладение универсальными коммуникативными действиями:</p> <p>б)совместная деятельность:</p> <p>-понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;</p>	<p>-знать основы безопасного, конструктивного общения,</p> <p>-уметь различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера;</p> <p>-уметь предупреждать опасные явления и противодействовать им</p>

	<p>-принимать цели совместной деятельности, организовать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы;</p> <p>- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;</p> <p>-осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным</p> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>г) принятие себя и других людей:</p> <p>принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности;</p> <p>-признавать свое право и право других людей на ошибки;</p> <p>-развивать способность понимать мир с позиции другого человека.</p>	
<p>ОК 06</p> <p>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.</p>	<p>-осознание обучающимися российской гражданской идентичности;</p> <p>-целенаправленное развитие внутренней позиции личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций, формирование системы ценностно-смысловых установок, антикоррупционного мировоззрения, правосознания, экологической культуры, способности ставить цели и строить жизненные планы;</p> <p>В части гражданского воспитания:</p> <p>-осознание своих</p>	<p>-сформировать представления о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;</p> <p>-знать основы безопасного, конструктивного общения, уметь различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;</p> <p>-сформировать представление об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знать роль государства в</p>

	<p>конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка;</p> <p>-принятие традиционных национальных, общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей;</p> <p>-готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;</p> <p>-готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в общеобразовательной организации и детско-юношеских организациях;</p> <p>-умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением;</p> <p>-готовность к гуманитарной и волонтерской деятельности;</p> <p>Патриотического воспитания:</p> <p>-сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России;</p> <p>-ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях и труде;</p> <p>-идейная убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу;</p> <p>Освоение обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные,</p>	<p>противодействию терроризму; уметь различать приемы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им;</p> <p>знать порядок действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знать порядок действий при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции;</p> <p>-сформировать представление о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира;</p> <p>Знать основы обороны государства и воинской службы; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны;</p> <p>-знать основы государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области;</p> <p>-знать основы государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;</p> <p>сформировать представление о роли</p>
--	--	---

	<p>познавательные, коммуникативные);</p> <p>-способность их использования в познавательной и социальной практике, готовность к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности, организации учебного сотрудничества с педагогическими работниками и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории;</p> <p>-овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности.</p>	<p>государства, общества и личности в обеспечении безопасности</p>
<p>ОК 07</p> <p>Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях</p>	<p>В области экологического воспитания:</p> <p>-сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознание глобального характера экологических проблем;</p> <p>-планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества;</p> <p>-активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;</p> <p>-умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их;</p> <p>-расширение опыта деятельности экологической направленности;</p> <p>-овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности</p>	<p>-сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); Владеть основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>-сформировать представления о важности соблюдения правил дорожного движения всем участникам движения, правил безопасности на транспорте. Знать правила безопасного поведения на транспорте, уметь применять их на практике, знать о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;</p> <p>-знать о способах безопасного поведения в природной среде; уметь применять их на практике; Знать порядок действий при чрезвычайных ситуациях природного характера;</p> <p>Сформированность представления об экологической</p>

		<p>безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;</p> <p>-знать основы пожарной безопасности; уметь применять их на практике для предупреждения пожаров;</p> <p>Знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, природной среде;</p> <p>Знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.</p>
<p>ОК 08</p> <p>Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<p>-готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;</p> <p>-наличие мотивации к обучению и личностному развитию;</p> <p>В части физического воспитания:</p> <p>-сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;</p> <p>-потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;</p> <p>-активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;</p> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>а)самоорганизация:</p> <p>-самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;</p> <p>-давать оценку новым ситуациям;</p> <p>-расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений;</p> <p>-делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;</p> <p>-оценивать приобретенный опыт;</p> <p>-способствовать</p>	<p>-владеть основами медицинских знаний: владеть приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знать мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформировать представления о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам ; знать о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера</p>

	<p>формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень.</p>	
<p>ПК 2.1. Организовывать мероприятия по обеспечению транспортной безопасности ПК 2.5. Оказывать первую помощь пострадавшим ПК 3.2. Соблюдать меры предосторожности во время погрузки и выгрузки и обращения с опасными и вредными грузами во время рейса</p>	<p>личностных:</p> <ul style="list-style-type: none"> -развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз; -готовность к служению Отечеству, его защите; -формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности; -исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.); -воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности; -освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; <p>метапредметных:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; - обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; - выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека; - овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи 	<p>предметных:</p> <ul style="list-style-type: none"> -сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора; -получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз; -сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; -сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности; -освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; -освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека; -развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской

	<p>по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; - приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий; - развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение; <p>-формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;</p> <p>-формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;</p> <p>-развитие умения применять полученные теоретические знания на практике;</p> <p>-принимать обоснованные</p>	<p>обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</p> <p>-формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;</p> <p>-развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>-получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;</p> <p>-освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</p> <p>-владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.</p>
--	--	---

	<p>решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;</p> <p>-формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;</p> <p>-развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;</p> <p>-освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;</p> <p>-приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;</p> <p>-формирование установки на здоровый образ жизни;</p> <p>-развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;</p>	
--	---	--

2. КОДИФИКАТОР ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ.

Функциональный признак оценочного средства (тип контрольного задания)	Метод/форма контроля
Расчётная задача	Контрольная работа, индивидуальное домашнее задание, лабораторная работа, практические занятия, дифференцированный зачёт, экзамен
Практическое задание	Лабораторная работа, практические занятия, дифференцированный зачёт, экзамен
Тест, тестовое задание	Тестирование, дифференцированный зачёт, экзамен
Проектное задание	Учебный проект, исследовательский, обучающий, сервисный, социальный творческий, рекламно-презентационный

3. СИСТЕМА ОЦЕНКИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО КАЖДОМУ ОЦЕНОЧНОМУ СРЕДСТВУ

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица)

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений	
	балл (отметка)	вербальный аналог
90-100	5	отлично
80-89	4	хорошо
70-79	3	удовлетворительно
менее 70	2	неудовлетворительно

Критерии оценки выполненного практического задания.

Оценка 5 («отлично») ставится за работу, выполненную полностью без ошибок и недочётов.

Оценка 4 («хорошо») ставится за работу, выполненную полностью, но при наличии в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочёта, не более трёх недочётов.

Оценка 3 («удовлетворительно») ставится, если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочётов, не более одной грубой и одной не грубой ошибки, не более трёх негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трёх недочётов, при наличии четырёх-пяти недочётов.

Оценка 2 («неудовлетворительно») ставится, если число ошибок и недочётов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Критерии оценки ответов в ходе устного опроса.

Оценивается правильность ответа обучающегося на один из приведённых вопросов. При этом выставляются следующие оценки:

«Отлично» выставляется при соблюдении обучающимся следующих условий:

- полно раскрыл содержание материала в объёме, предусмотренном программой, содержанием лекции и учебником;
- изложил материал грамотным языком в определенной логической последовательности, точно используя специализированную терминологию и символику;
- показал умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации при выполнении практического задания;
- продемонстрировал усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов,

сформированность и устойчивость используемых при ответе умений и навыков;

- отвечал самостоятельно без наводящих вопросов преподавателя.

Примечание: для получения отметки «отлично» возможны одна-две неточности при освещении второстепенных вопросов или в выкладках, которые обучающийся легко исправил по замечанию преподавателя.

«Хорошо» - ответ обучающегося в основном удовлетворяет требованиям на оценку «отлично», но при этом имеет один из недостатков:

- в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие логического и информационного содержания ответа;

– допущены один-два недочёта при освещении основного содержания ответа, исправленные по замечанию преподавателя;

– допущены ошибка или более двух недочётов при освещении второстепенных вопросов или в выкладках, легко исправленные по замечанию преподавателя.

«Удовлетворительно» выставляется при соблюдении следующих условий:

– неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения программного материала, имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии и выкладках, исправленные после нескольких наводящих вопросов преподавателя;

– обучающийся не справился с применением теории в новой ситуации при выполнении практического задания, но выполнил задания обязательного уровня сложности по данной теме;

– при знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность основных умений и навыков.

«Неудовлетворительно» выставляется при соблюдении следующих условий:

- не раскрыто основное содержание учебного материала;

– обнаружено незнание или непонимание обучающимся большей или наиболее важной части учебного материала;

– допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии и иных выкладках, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов преподавателя;

– обучающийся обнаружил полное незнание и непонимание изучаемого учебного материала или не смог ответить ни на один из поставленных вопросов по изучаемому материалу.

Критерии оценки составления и оформления опорных конспектов.

В ходе проверки преподавателем опорные конспекты оцениваются по следующим критериям:

1. Соответствие содержания теме.
2. Правильная структурированность информации.
3. Наличие логической связи изложенной информации.
4. Аккуратность и грамотность изложения.
5. Работа сдана в срок.

Каждый критерий оценивается по 5-балльной шкале. При выставлении оценки за опорный конспект выводится среднее значение оценки по пяти перечисленным критериям, округляемое до целого значения (до оценки) по правилам округления.

Критерии оценки выполнения практических работ и индивидуальных (в т.ч. зачётных) заданий.

1. Задание считается выполненным безусловно, если результат практической работы получен при правильном ходе решения задания и аккуратном выполнении.

2. Задание считается невыполненным, если обучающийся не приступил к его выполнению или допустил в нем погрешность, считающуюся, в соответствии с целью работы,

ошибкой.

В ходе оценивания выполнения практических и индивидуальных заданий используется пятибалльная система оценок. Положительная оценка («3», «4», «5») выставляется, когда обучающийся показал владение основными умениями в рамках выполнения практической работы или индивидуального задания:

1. «Отлично» выставляется при соблюдении следующих условий:

- обучающийся самостоятельно выполнил все этапы решения задач в рамках выполнения практических и индивидуальных заданий;
- работа выполнена полностью и получен верный ответ или иное требуемое представление результата работы.

2. «Хорошо» выставляется при соблюдении следующих условий:

- работа выполнена полностью, но при выполнении обнаружилось недостаточное владение навыками работы с инструментарием (оборудование, приборы и т.п.) в рамках поставленной задачи;
- правильно выполнена большая часть работы (свыше 85 %);
- работа выполнена полностью, но использованы наименее оптимальные подходы к решению поставленной задачи.

3. «Удовлетворительно» выставляется при соблюдении следующих условий:

- работа выполнена не полностью, допущено более трёх ошибок, но обучающийся владеет основными навыками работы с инструментарием (оборудование, приборы и т.п.), требуемым для решения поставленной задачи.

4. «Неудовлетворительно» выставляется при соблюдении следующих условий:

- допущены существенные ошибки, показавшие, что обучающийся не владеет обязательными знаниями, умениями и навыками работы на ПК или значительная часть работы выполнена не самостоятельно.

Критерии оценки в ходе экзамена.

В основе оценки при сдаче экзамена лежит пятибалльная система (5 «отлично», 4 «хорошо», 3 «удовлетворительно», 2 «неудовлетворительно»).

1. Ответ оценивается на «отлично», если обучающийся исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно излагает материал по вопросам билета (теста), не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с решением практических задач и способен обосновать принятые решения, не допускает ошибок.

2. Ответ оценивается на «хорошо», если обучающийся твёрдо знает программный материал, грамотно и по существу его излагает, не допускает существенных неточностей при ответах, умеет грамотно применять теоретические знания на практике, а также владеет необходимыми навыками решения практических задач.

3. Ответ оценивается на «удовлетворительно», если обучающийся освоил только основной материал, однако не знает отдельных деталей, допускает неточности и некорректные формулировки, нарушает последовательность в изложении материала и испытывает затруднения при выполнении практических заданий.

4. Ответ оценивается на «неудовлетворительно», если обучающийся не раскрыл основное содержание материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания.

Контроль и оценка учебной дисциплины по темам

УО - устный опрос

ПО – письменный опрос

ПР – практическая работа

Элемент учебной дисциплины	Форма контроля	Результаты обучения
----------------------------	----------------	---------------------

(с указанием раздела, темы)		
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.		
Тема 1.1. Факторы, способствующие укреплению здоровья.	УО Наблюдение	Предметные 1,4,6 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 1.2. Вредные привычки и их профилактика.	УО Наблюдение	Предметные 1,4,6 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 1.3. Курение и его влияние на состояние здоровья.	УО Наблюдение	Предметные 1,4,6 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 1.4. Наркотики, наркомания и токсикомания.	УО Наблюдение	Предметные 1,4,6 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 1.5. Профилактика вредных привычек	ПО Наблюдение	Предметные 4,6 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 1.6. Правила и безопасность дорожного движения.	УО Наблюдение	Предметные 1,4,6 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 1.7. Организация дорожного движения.	ПО Наблюдение	Предметные 1 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 1.8. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	УО Наблюдение	Предметные 1,4,6 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.		
Тема 2.1. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	УО Наблюдение	Предметные 1,2,5,8 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 2.2. Практическая работа «Эвакуация по сигналу «Пожарная тревога»	ПР №1 Наблюдение	Предметные 1,2,5,7,8,9 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 2.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	УО Наблюдение	Предметные 1,2,5,7 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 2.4. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Защита населения.	УО Наблюдение	Предметные 1,2,5,7,8,9 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 2.5. Инженерная защита населения от поражающих факторов ЧС.	УО Наблюдение	Предметные 1,2,5,7,9 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 2.6. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.	ПО Наблюдение	Предметные 5,7,8,9 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 2.7. Правила безопасного поведения при угрозе теракта, захвате в качестве заложника.	УО Наблюдение	Предметные 1,2,3,9 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 2.8. Государственные службы по	УО	Предметные 1,2,7,9

охране здоровья и безопасности граждан.	Наблюдение	Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.		
Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России.	УО Наблюдение	Предметные 10 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил РФ	ПО Наблюдение	Предметные 10 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 3.3. Другие рода войск РФ	УО Наблюдение	Предметные 10,11 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 3.4. Воинская обязанность.	УО Наблюдение	Предметные 10,11 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 3.5. Призыв на военную службу.	ПО Наблюдение	Предметные 10,11 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 3.6. Воинские Уставы	УО Наблюдение	Предметные 10,11 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 3.7. Боевые традиции Вооруженных Сил РФ.	ПО Наблюдение	Предметные 11 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 3.8. Практическая работа «Знаки воинских различий в армии и на флоте»	ПР №2 Наблюдение	Предметные 10,11 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 3.9. Ритуалы Вооруженных Сил РФ.	УО Наблюдение	Предметные 10,11 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Раздел 4. Основы медицинских знаний.		
Тема 4.1. Правила оказания первой помощи.	УО Наблюдение	Предметные 1,12 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 4.2. Правила первой помощи при ранениях и травмах	ПО Наблюдение	Предметные 12 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 4.3. Первая помощь при кровотечениях.	УО Наблюдение	Предметные 1,12 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 4.4. Практическая работа «Остановка кровотечений»	ПР №3 Наблюдение	Предметные 1.12 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 4.5. Первая помощь при ожогах, отморожениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.	УО Наблюдение	Предметные 1,12 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 4.6. Первая помощь при отравлениях.	УО Наблюдение	Предметные 1,12 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 4.7. Первая помощь при	ПО	Предметные 12

отсутствии сознания, обмороке, остановке сердца	Наблюдение	Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 4.8. Практическая работа «Реанимация пострадавших»	ПР №4 Наблюдение	Предметные 12 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6
Тема 4.9. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	УО Наблюдение	Предметные 1,12 Метапредметные 1-17 Личностные 1-6

4. БАНК КОМПЕТЕНТНОСТНО-ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ОЦЕНКИ УСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТАМ.

Задания для текущего контроля

Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.

Тема 1.1. Факторы, способствующие укреплению здоровья.

Устный опрос

Вопросы:

- Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой.
- Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха.
- Рациональное питание и его значение для здоровья.
- Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.

Тема 1.2. Вредные привычки и их профилактика.

Устный опрос

Вопросы:

- Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.
- Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

Тема 1.3. Курение и его влияние на состояние здоровья

Устный опрос

Вопросы:

- Табачный дым и его составные части.
- Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему.
- Пассивное курение и его влияние на здоровье.

Тема 1.4. Наркотики, наркомания и токсикомания.

Устный опрос

Вопросы:

- Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения.
- Социальные последствия пристрастия к наркотикам.
- Профилактика наркомании.

Тема 1.5. Профилактика вредных привычек

Письменный опрос

Вопросы:

- Профилактика вредных привычек

Тема 1.6. Правила и безопасность дорожного движения.

Устный опрос

Вопросы:

- Правила и безопасность дорожного движения.
- Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

Тема 1.7. Организация дорожного движения.

Письменный опрос

Вопросы:

- Правила поведения при организации дорожного движения.

Тема 1.8. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.

Устный опрос

Вопросы:

- Социальная роль женщины в современном обществе.
- Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него.
- Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.
- Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».

Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.

Тема 2.1. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Устный опрос

Вопросы:

- Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
- Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.
- Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

Тема 2.2. Практическая работа 1 «Эвакуация по сигналу «Пожарная тревога»

- Отработка норматива эвакуации по сигналу «Пожарная тревога»

Тема 2.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)

Устный опрос

Вопросы:

- Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи.
- Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны.
- Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.

Тема 2.4. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Защита населения.

Устный опрос

Вопросы:

- Мероприятия по защите населения.
- Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.
- Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.
- Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.
- Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.

Тема 2.5. Инженерная защита населения от поражающих факторов ЧС.

Устный опрос

Вопросы:

- Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС?

Тема 2.6. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.

Письменный опрос

Вопросы:

- Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения?
- Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение?

Тема 2.7. Правила безопасного поведения при угрозе теракта, захвате в качестве заложника.

- Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника?
- Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий?

Тема 2.8. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.

Устный опрос

Вопросы:

- Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от ЧС?
- Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств?
- Служба скорой медицинской помощи?
- Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей?

Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.

Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России.

Устный опрос

Вопросы:

- Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках?
- Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века?
- Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности?
- Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии?
- Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение?
- Проведение военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе?
- Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности?

Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил РФ

Письменный опрос

Вопросы:

- Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск?
- Сухопутные войска (история создания, предназначение, структура)?
- Военно-воздушные силы (история создания, предназначение, структура)?

- Военно-морской флот (история создания, предназначение, структура)?
- Ракетные войска стратегического назначения (история создания, предназначение, структура)?
- Войска воздушно-космической обороны (история создания, предназначение, структура)?
- Воздушно-десантные войска. (история создания, предназначение, структура)?

Тема 3.3. Другие рода войск РФ

Устный опрос

Вопросы:

- Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации (их состав и предназначение)?
- Внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации (их состав и предназначение)?
- Железнодорожные войска Российской Федерации (их состав и предназначение)?
- Войска гражданской обороны МЧС Росси (их состав и предназначение)?

Тема 3.4. Воинская обязанность.

Устный опрос

Вопросы:

- Основные понятия о воинской обязанности?
- Воинский учет?
- Обязательная подготовка граждан к военной службе?

Тема 3.5. Призыв на военную службу.

Письменный опрос

Вопросы:

- Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих?
- Прохождение военной службы по контракту?
- Альтернативная гражданская служба?
- Качества личности военнослужащего как защитника Отечества?
- Виды воинской деятельности и их особенности?
- Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск?
- Воинская дисциплина и ответственность.
- Как стать офицером Российской армии?

Тема 3.6. Воинские Уставы

Устный опрос

Вопросы:

- Виды Воинских Уставы ВС РФ?
- Содержание Воинских Уставы ВС РФ?

Тема 3.7. Боевые традиции Вооруженных Сил РФ.

Письменный опрос

Вопросы:

- Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества?
- Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества?
- Дни воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество?
- Особенности воинского коллектива?

Тема 3.8. Практическая работа 2 «Знаки воинских различий в армии и на флоте»

Тема 3.9. Ритуалы Вооруженных Сил РФ.

Устный опрос

Вопросы:

- 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. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе?

Раздел 4. Основы медицинских знаний.

Тема 4.1. Правила оказания первой помощи.

Устный опрос

Вопросы:

- Понятие первой помощи?
- Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь?
- Признаки жизни и смерти?
- Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации»?

Тема 4.2. Правила первой помощи при ранениях и травмах

Письменный опрос

Вопросы:

- Понятие травм и их виды?
- Правила первой помощи при ранениях?
- Правила наложения повязок различных типов?

Тема 4.3. Первая помощь при кровотечениях.

Устный опрос

Вопросы:

- Понятие и виды кровотечений?
- Первая помощь при кровотечениях?

Тема 4.4. Практическая работа 3 «Остановка кровотечений»

Способы остановки кровотечений

Тема 4.5. Первая помощь при ожогах, отморожениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.

Устный опрос

Вопросы:

- Первая помощь при ожогах?
- Понятие, основные виды и степени ожогов?
- Последствия воздействия низких температур на организм человека?
- Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути?

Тема 4.6. Первая помощь при отравлениях.

Устный опрос

Вопросы:

- Первая помощь при отравлениях?
- Острое и хроническое отравление?

Тема 4.7. Первая помощь при отсутствии сознания, обмороке, остановке сердца.

Письменный опрос

Вопросы:

- Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока?

- Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца)?
- Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания?

Тема 4.8. Практическая работа 4 «Реанимация пострадавших».

- Правила проведения реанимация пострадавших.

Тема 4.9. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.

Устный опрос

Вопросы:

- Пути передачи возбудителей инфекционных болезней?
- Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний?

Практическая работа №1 «Эвакуация по сигналу «Пожарная тревога»

Цель: отработать норматив эвакуации по сигналу «Пожарная тревога».

Практическая работа №2 «Знаки воинских различий в армии и на флоте»

Цель: познакомить обучающихся с воинскими званиями и знаками воинских различий в армии и на флоте.

Содержание:

Погоны и знаки различия военнослужащих
Вооруженных Сил Российской Федерации

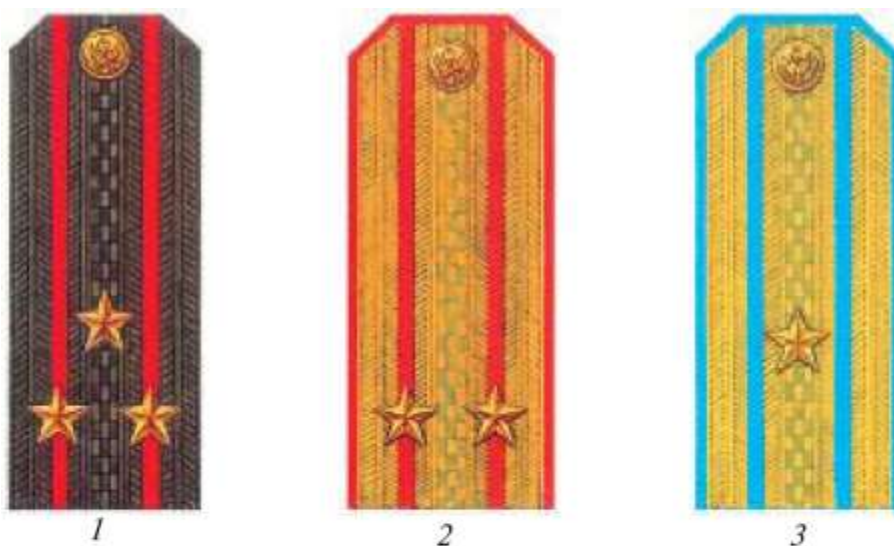


Погоны высших офицеров (кроме ВМФ): 1 — Маршал Российской Федерации (повседневная форма одежды); 2 — генерал армии (повседневная форма одежды, ВВС); 3 — генерал-полковник (парадная форма одежды); 4 — генерал-лейтенант (повседневная форма одежды); 5 — генерал-майор (полевая форма одежды)

Погоны и знаки различия военнослужащих
Вооруженных Сил Российской Федерации



Погоны высших офицеров (кроме ВМФ): 1 — Маршал Российской Федерации (повседневная форма одежды); 2 — генерал армии (повседневная форма одежды, ВВС); 3 — генерал-полковник (парадная форма одежды); 4 — генерал-лейтенант (повседневная форма одежды); 5 — генерал-майор (полевая форма одежды)



Погоны старших офицеров (кроме ВМФ): 1 — полковник (повседневная форма одежды); 2 — подполковник (парадная форма одежды); 3 — майор (парадная форма одежды, ВВС, ВДВ)



Погоны младших офицеров (кроме ВМФ): 1 — капитан (повседневная форма одежды); 2 — старший лейтенант (парадная форма одежды, ВВС); 3 — лейтенант (парадная форма одежды)



Погоны прапорщиков и мичманов: 1 — старший прапорщик (повседневная форма одежды); 2 — прапорщик (парадная форма одежды, ВДВ); 3 — мичман (повседневная форма одежды, ВМФ)



Погоны сержантов и солдат (кроме ВМФ): 1 — старшина; 2 — старший сержант; 3 — сержант (ВДВ)



1

2

3

Погоны сержантов и солдат (кроме ВМФ): 1 — младший сержант; 2 — ефрейтор; 3 — рядовой



1

2

3

4



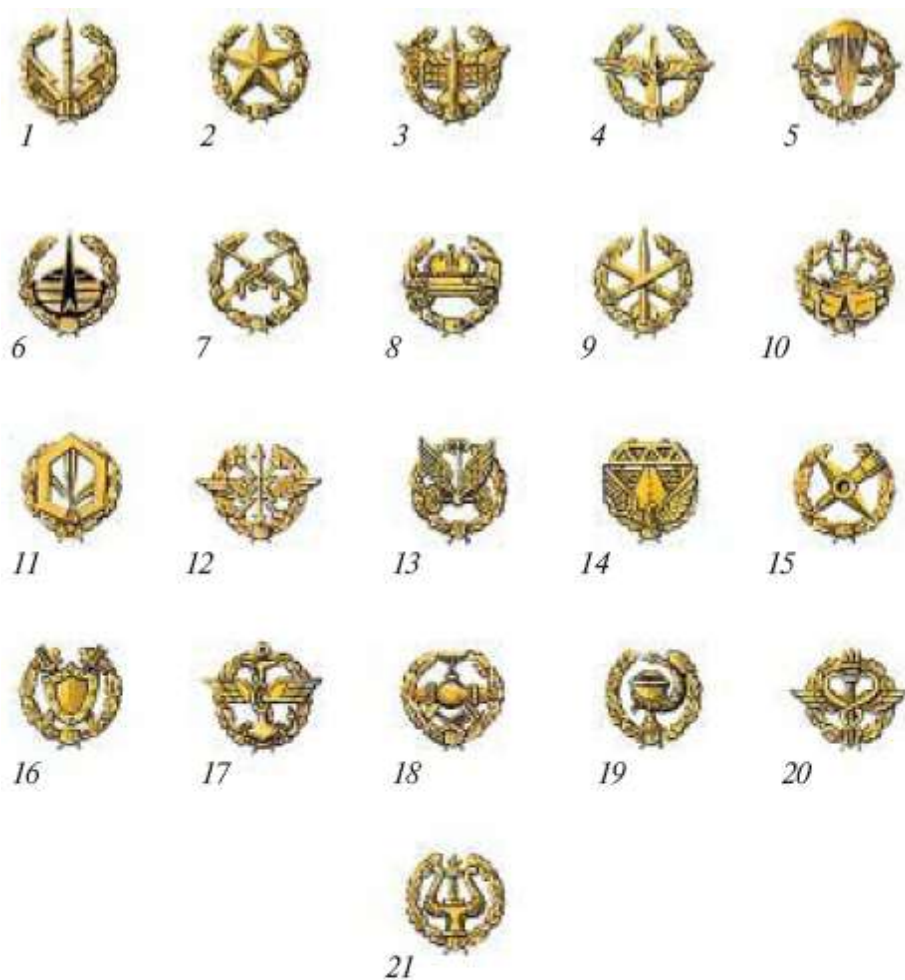
Нарукавные знаки различия по принадлежности к Вооруженным Силам: 1 — Вооруженные Силы (кроме ВМФ); 2 — Вооруженные Силы (ВМФ); 3 — военные представители в зарубежных странах; 4 — специальный контингент в составе ВС для участия в миротворческой деятельности



Нарукавные знаки различия по принадлежности к видам Вооруженных Сил: 1 — центральный аппарат Министерства обороны; 2 — Сухопутные войска; 3 — Военно-Воздушные Силы; 4 — Военно-Морской Флот



Нарукавные знаки различия по принадлежности к другим войскам: 1 — внутренние войска; 2 — войска гражданской обороны; 3 — железнодорожные войска



Эмблемы видов, родов войск и служб Вооруженных Сил Российской Федерации: 1 — Ракетные войска стратегического назначения; 2 — Сухопутные войска; 3 — Войска ПВО; 4 — Военно-Воздушные Силы; 5 — Воздушно-десантные войска; 6 — Космические войска; 7 — мотострелковые войска; 8 — танковые войска; 9 — ракетные войска и артиллерия; 10 — инженерные войска; 11 — войска радиационной, химической и биологической защиты; 12 — войска связи; 13 — автомобильные войска; 14 — дорожные войска; 15 — топографическая служба; 16 — юридическая служба; 17 — служба военных сообщений; 18 — служба горючего и смазочных материалов; 19 — медицинская служба; 20 — ветеринарно-санитарная служба; 21 — военно-оркестровая служба

Практическая работа №3 «Остановка кровотечений»

Цель: познакомить обучающихся со способами остановки кровотечений.

Содержание:

Чаще всего кровотечение наступает в результате повреждения сосудов. Наиболее частая причина— травма (удар, укол, разрез, размозжение, растяжение). Значительно легче повреждаются сосуды и возникает кровотечение при атеросклерозе, гипертонической болезни. Кровотечение может также возникнуть при разъедании сосуда болезненным очагом (патологическим процессом) — туберкулезным, раковым, язвенным.

ВИДЫ КРОВОТЕЧЕНИЙ.

Кровотечения бывают различной силы и зависят от вида и калибра поврежденного сосуда. Кровотечения, при которых кровь вытекает из раны или естественных отверстий наружу, принято называть *наружным*. Кровотечение, при котором кровь скапливается в

полостях тела, называется *внутренним*. Особенно опасны внутренние кровотечения в замкнутые полости — плевральную, брюшную, в сердечную сорочку, в полость черепа. Эти кровотечения незаметны, диагностика их крайне затруднена, и они могут остаться нераспознанными.

Внутренние кровотечения бывают при проникающих ранениях, закрытых повреждениях (разрывы внутренних органов без повреждения кожных покровов в результате сильного удара, падения с высоты, сдавливания), а также при заболеваниях внутренних органов (язва, рак, туберкулез, аневризма кровеносного сосуда).

С уменьшением количества циркулирующей крови ухудшается деятельность сердца, нарушается снабжение кислородом жизненно важных органов — мозга, почек, печени. Это вызывает резкое нарушение всех обменных процессов в организме, а затем и смерть.

Различают *артериальное, венозное, капиллярное* и *паренхиматозное* кровотечение.

Артериальное кровотечение наиболее опасно: за короткое время человек теряет большое количество крови, вытекающей под большим давлением. Кровь ярко-красного (алого) цвета бьет пульсирующей струёй. Этот вид кровотечения возникает при глубоких рубленых, колотых ранах. Если повреждены крупные артерии, аорта, в течение нескольких минут может произойти кровопотеря, не совместимая с жизнью.

Венозное кровотечение возникает при повреждении вен, в которых кровяное давление значительно ниже, чем в артериях, и кровь (она темно-вишневого цвета) вытекает медленнее, равномерной и непрерывной струёй. Венозное кровотечение менее интенсивно, чем артериальное, и поэтому редко носит угрожающий жизни характер. Однако при ранении вен шеи и грудной клетки в момент глубокого вдоха в просвет вен может втягиваться воздух. Пузырьки воздуха, проникая с током крови в сердце, могут вызвать закупорку его сосудов и стать причиной молниеносной смерти.

Капиллярное кровотечение возникает при повреждении мельчайших кровеносных сосудов (капилляров). Оно бывает, например, при поверхностных ранах, неглубоких порезах кожи, ссадинах. Кровь из раны вытекает медленно, по каплям, и если свертываемость крови нормальная, кровотечение прекращается самостоятельно.

Паренхиматозное кровотечение связано с повреждением внутренних органов, имеющих очень развитую сеть кровеносных сосудов (печень, селезенка, почки).

ОСТАНОВКА КРОВОТЕЧЕНИЯ.

Первая медицинская помощь при кровотечениях на месте происшествия преследует цель временно остановить кровотечение, чтобы затем доставить пострадавшего в лечебное учреждение, где кровотечение будет прекращено окончательно. Первая помощь при кровотечении осуществляется наложением повязки либо жгута, максимальным сгибанием поврежденной конечности в суставах.

Капиллярное кровотечение легко останавливается наложением на рану обычной давящей повязки. Для уменьшения кровотечения на период подготовки перевязочного материала достаточно поднять поврежденную конечность выше уровня туловища. После наложения повязки на область травмированной поверхности полезно положить пузырь со льдом (рис. 1).



Рис. 1. Наложение давящей повязки

Остановка *венозного кровотечения* осуществляется наложением давящей повязки. Для этого поверх раны накладывают несколько слоев марли, тугий комок ваты и плотно забинтовывают. Сдавленные повязкой кровеносные сосуды быстро закрываются свернувшейся кровью, поэтому данный способ остановки кровотечения может быть окончательным. При сильном венозном кровотечении на период подготовки давящей повязки кровотечение можно временно остановить прижатием кровоточащего сосуда пальцами выше места ранения.

Для остановки *артериального кровотечения* необходимы энергичные и быстрые меры. Если кровь течет из небольшой артерии, хороший эффект дает давящая повязка.

Для остановки кровотечения из крупного артериального сосуда используют прием прижатия артерии выше места повреждения. Этот способ прост и основан на том, что ряд артерий можно полностью перекрыть, прижимая их к подлежащим костным образованиям в типичных местах (рис. 2).

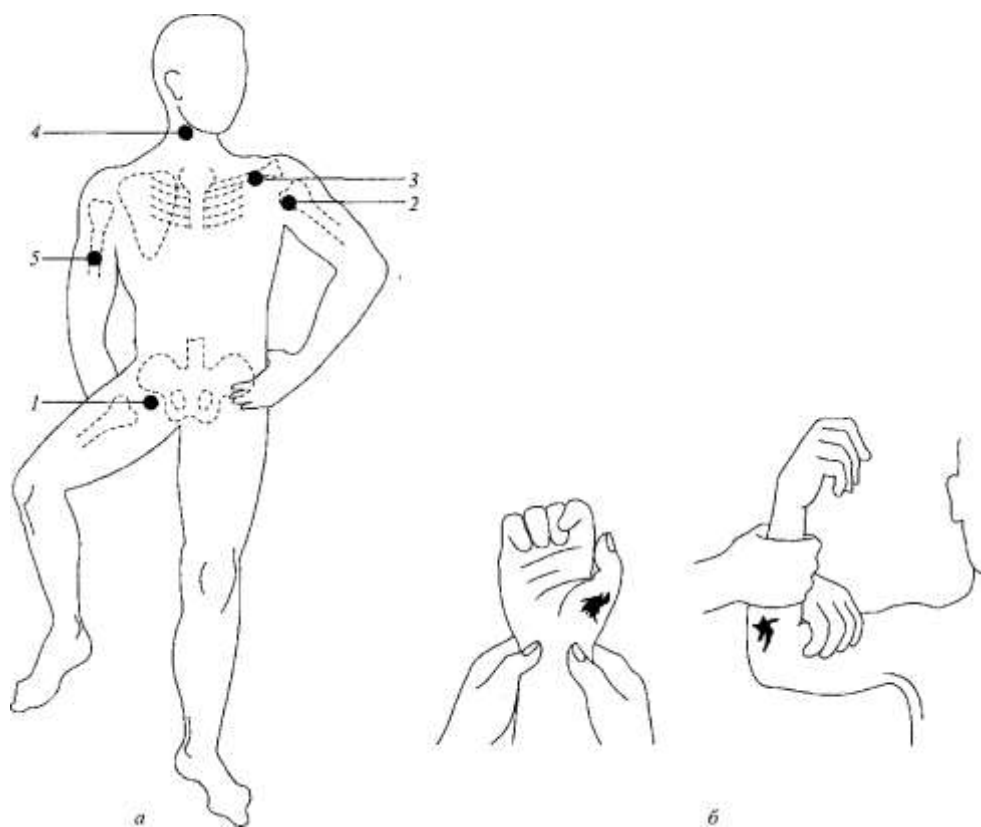


Рис. 2. Пережатие артерий:

a — места пережатия артерий: 1 — бедренной, 2 — подмышечной, 3 — подключичной, 4 — сонной, 5 — плечевой; *б* — пальцевое пережатие

Длительная остановка кровотечения при помощи пальцевого прижатия артерии невозможна, так как это требует большой физической силы, утомительно и практически исключает возможность транспортировки.

Надежным способом остановки сильного кровотечения из артерии конечности является наложение кровоостанавливающего жгута, стандартного или импровизированного (рис. 3).

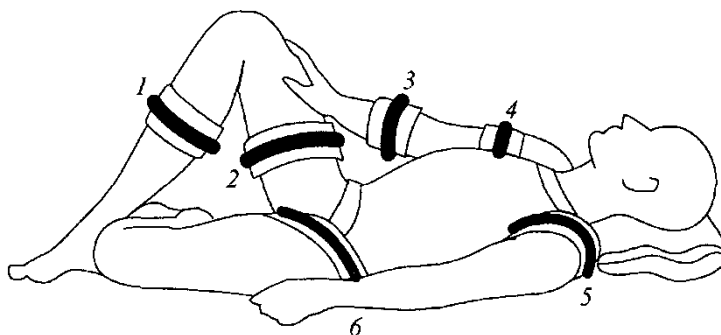


Рис. 3. Места наложения жгута при кровотечении из артерий:
 1 — голени; 2 — голени и коленного сустава; 3 — кисти;
 4 — предплечья и локтевого сустава; 5 — плеча; 6 — бедра

Жгут накладывают поверх рукава или брюк, но не на голое тело: можно повредить кожу. Держат жгут не более 2 ч (зимой — не более 1,5 ч), ибо более продолжительное сдавливание сосудов может привести к омертвлению конечности. Под жгут обязательно подкладывают записку с точным указанием времени его наложения (до минуты) (рис. 4).

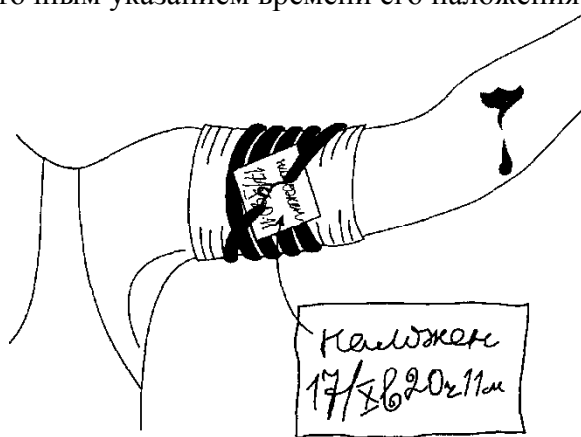


Рис. 4. Правильное наложение жгута

Если жгут наложен правильно, кровотечение прекращается немедленно, конечность бледнеет, пульсация сосудов ниже жгута исчезает. Чрезмерное затягивание жгута может вызвать разможение мышц, нервов, сосудов и стать причиной паралича конечности. Слабо же наложенный жгут не достигает цели и создает условия для венозного застоя и усиления кровотечения.

Если нет специального жгута, можно использовать подручные средства: ремень, косынку, кусок материи, платок и т. п. Жгут из подсобных материалов называется закруткой. Для наложения закрутки необходимый для этого предмет свободно завязать на требуемом уровне. Под узел следует провести палочку и, вращая ее, закручивать до полной остановки кровотечения, затем палочку фиксировать к конечности. Наложение закрутки болезненно, поэтому под нее надо обязательно подложить вату, полотенце или кусок ткани, сложенной в 2-3 раза. Все ошибки, опасности и осложнения, отмеченные при наложении жгута, полностью относятся и к закрутке (рис. 5).

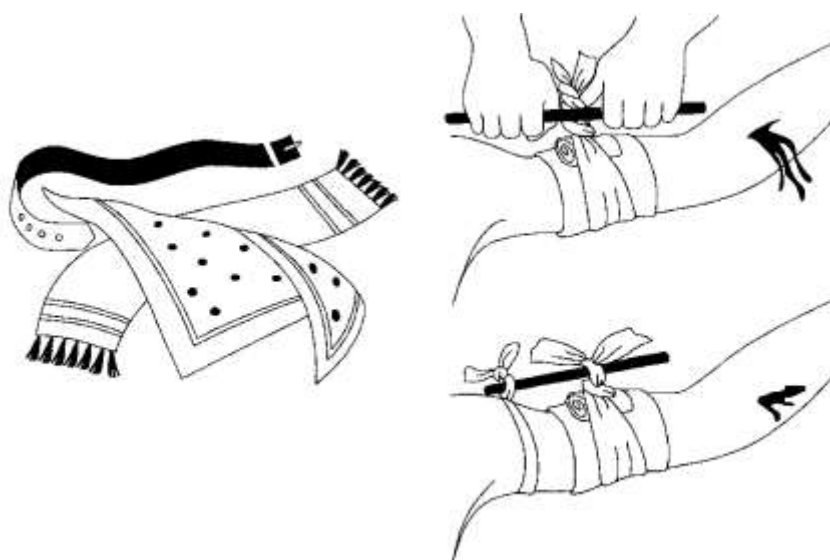


Рис. 5. Наложение закрутки

Для остановки кровотечения на время транспортировки применяют прижатие артерий путем фиксации конечностей в определенном положении. При ранении подключичной артерии остановить кровотечение можно максимальным отведением рук назад с фиксацией их на уровне локтевых суставов. Прижатие подколенной, бедренной, плечевой и локтевой артерий показано на рисунке (рис. 6).

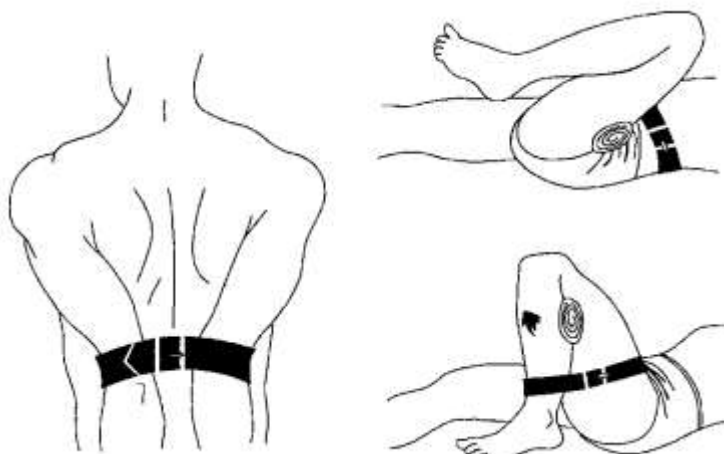


Рис. 6. Фиксация конечностей

Останавливая кровотечение из ран на предплечье (плече, бедре или голени), в локтевой сгиб (подмышечную впадину, паховую складку или подколенную ямку) кладут валик из ваты или туго свернутой ткани, сгибают до отказа руку в локтевом суставе (или соответственно в плечевом, прижимая ее к туловищу, а ногу — в тазобедренном или коленном суставе) и закрепляют в таком положении с помощью бинта, платка, ремня, полотенца. Оставлять конечность в таком положении можно, как и жгут, не более чем на 2 ч (рис. 7).

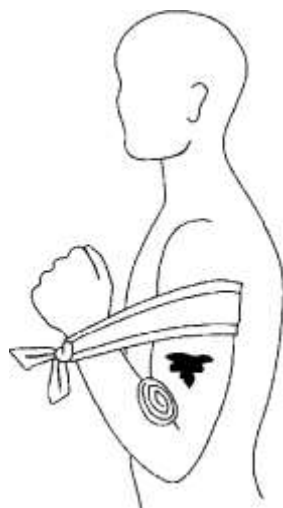


Рис. 7. Остановка кровотечения на предплечье

Этот способ непригоден при переломах костей или сильных ушибах.

КРОВОТЕЧЕНИЕ ПОСЛЕ УДАЛЕНИЯ ЗУБА.

После удаления зуба или после его повреждения (выбитые зубы) возможно кровотечение из зубного ложа (лунки), особенно при высасывании пострадавшим крови из лунки, полоскании рта, а иногда при недостаточной свертываемости крови. Возникающее при удалении зуба кровотечение обычно быстро останавливается. Если оно не было остановлено, стало более обильным или возобновилось, необходимо принять меры к его остановке.

Оказание первой медицинской помощи. Необходимо сделать небольшой валик из стерильной ваты или марлевой салфетки, заложить его между верхними и нижними зубами соответственно месту удаленного зуба и посоветовать больному плотно сжать зубы. Валик по толщине должен соответствовать промежутку между зубами и при смыкании челюстей должен надавливать на место кровотечения.

КРОВОТЕЧЕНИЕ ИЗ НОСА.

При ушибе носа, а иногда без видимой причины, при некоторых инфекционных заболеваниях, повышенном артериальном давлении, малокровии и т. д. нередко возникают кровотечения из носа.

Оказание первой медицинской помощи. Прежде всего, необходимо прекратить промывание носа, сморкание, откашливание крови, попадающей в носоглотку, сидение с опущенной головой и т. д., так как эти меры только усиливают кровотечение. Следует посадить больного или уложить с приподнятой головой, освободить шею и грудь от стесняющей одежды, дать доступ свежему воздуху. Больному рекомендуется дышать открытым ртом. Большинство носовых кровотечений при спокойном положении больного прекращается. Еще лучше, если это возможно, положить холод (пузырь или полиэтиленовый мешок со льдом, холодные примочки) на область переносицы. Остановке кровотечения в большинстве случаев способствует сжатие носа на 15-20 мин (рис. 8), особенно после введения в ноздрю комочка ваты (можно смочить его раствором перекиси водорода). Если кровотечение вскоре не остановится, необходимо вызвать врача или направить больного в медицинское учреждение.

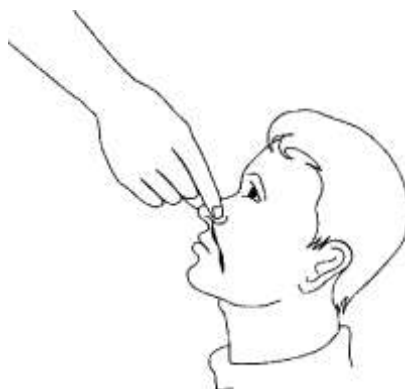


Рис. 8. Остановка носового кровотечения

КРОВОХАРКАНЬЕ, ИЛИ ЛЕГОЧНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ.

У больных туберкулезом и при некоторых других заболеваниях легких, а также при пороках сердца может отделяться мокрота с прожилками крови (кровохарканье), происходит откашливание крови в значительном количестве или обильное (легочное) кровотечение. Кровь во рту может быть из десен или слизистой, а также при рвоте вследствие желудочного кровотечения. Легочное кровотечение обычно не угрожает жизни, но производит тягостное впечатление на больного и окружающих.

Необходимо успокоить больного, указав на отсутствие опасности для жизни. Затем следует уложить его в постель с приподнятой верхней частью туловища. Для облегчения дыхания расстегивают или снимают сдавливающую одежду, открывают форточку. Больному запрещают говорить и пить горячее, советуют, если это возможно, не кашлять, дают лекарства из домашней аптечки, успокаивающие кашель. На грудь больного надо положить пузырь со льдом, к ногам — грелки или горчичники. При жажде следует давать пить маленькими глотками холодную воду или концентрированный раствор поваренной соли (1 столовая ложка соли на 1 стакан воды).

Для оказания первой помощи вызывают врача. Только врач, определив тяжесть кровотечения и характер заболевания, может диктовать дальнейшие действия.

Практическая работа №4 «Реанимация пострадавших».

Цель: познакомить обучающихся со способами проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких

Содержание:

Признаки клинической смерти.

Перед оказанием реанимационной помощи необходимо провести наружный осмотр и оценить общее состояние пострадавшего: наличие или отсутствие у него сознания, дыхания (пробы с зеркалом или ниткой) и кровообращения (определить наличие или отсутствие сердечных сокращений); цвет кожного покрова и видимых слизистых оболочек, а при наличии повреждений, оценить их локализацию и характер. Если имеется кровотечение, необходимо установить источник и характер (артериальное, венозное и т.п.), темп поступления крови, а также по возможности приблизительный объем кровопотери.

Наступление клинической смерти обусловлено триадой клинических симптомов:

- отсутствием экскурсий грудной клетки (апноэ);
- отсутствием пульсации на крупных артериях (асистолия);
- отсутствием сознания (кома).

1) Потеря сознания возникает через 10 сек после наступления клинической смерти (необходимо помнить, что потеря сознания может наступить у человека, не находящегося в состоянии клинической смерти, а например, при обмороке). Оценка сознания проводится следующим образом: - необходимо громким голосом обратиться к потерпевшему, похлопав ладонями по его щекам или слегка

ущипнуть его за щеку. Подняв большими пальцами оба верхних века пострадавшего, необходимо оценить состояние зрачков (размеры, одинаковость диаметра, реакцию на свет - паралитическое расширение зрачков наблюдается к 40 - 60 сек клинической смерти), наличие или отсутствие роговичных рефлексов путем прямого контакта подушечки большого пальца с роговой оболочкой глаз. Отсутствие ответной реакции замуривания глаз и отдергивание головы говорит об отсутствии роговичного рефлекса и свидетельствует о выраженных расстройствах сознания;

- наличие или отсутствие движений в конечностях и речи;
- если пострадавший находится без сознания, то необходимо выяснить у окружающих сведения о сроках развития экстремальной ситуации, а также продолжительности времени после «вероятной» остановки сердца.

2) Оценка дыхания производится по внешним признакам подвижности грудной клетки и наличию движения воздуха через нос и рот. В сомнительных случаях применяются пробы с зеркалом и (или) ниткой. При отсутствии зеркала можно провести пробу с ниткой (пушинкой) поднесенной ко рту и носу. При наличии дыхания нитка (пушинка) колеблется в такт с дыхательными движениями.

3) Оценка кровообращения. Для установления наличия сердечных сокращений необходимо нащупать пульс на сонной (боковая поверхность шеи) или бедренной (паховая область) артериях. Исчезновение или отсутствие пульса на них - основной сигнал к началу реанимационных мероприятий, направленных на восстановление сердечных сокращений (удар в область сердца, закрытый массаж сердца). Если не удалось обнаружить пульс на крупных артериях, то для определения наличия кровообращения ставится проба с перетягиванием ниткой концевой фаланги пальца или жгутом плеча. У живого человека кожа за местом перетяжки в сторону от сердца, приобретает синюшную окраску, что связано со скоплением венозной крови и свидетельствует о наличии кровообращения. У пострадавшего с остановкой сердца и отсутствием кровообращения изменения цвета кожи после перетяжки не произойдет.

Следует помнить, что при первичной остановке дыхания, сердечная деятельность может продолжаться еще 3 - 4 мин. В случае первичной остановки сердца дыхание прекращается уже к концу 1 -ой мин. Имеются и другие признаки: исчезновение рефлексов, всех видов чувствительности и др.

Реанимационные мероприятия.

В настоящее время выделяют три типа терминального состояния: сердечный, *легочный и мозговой*. Реанимационные мероприятия должны проводиться в соответствии с типом терминального состояния (сердечная, легочная и мозговая реанимация).

В любом случае успех реанимационных мероприятий обусловлен тремя факторами:

- возможно более ранним установлением клинической смерти;
- немедленным началом сердечно-легочной реанимации (СЛР);
- своевременным вызовом специализированной реанимационной бригады.

Различают основной или базовый комплекс СЛР и специализированную реанимационную помощь.

Базовый комплекс сердечно-легочной реанимации (БКРМ) включает в себя мероприятия, которые могут быть начаты незамедлительно при появлении признаков остановки кровообращения и дыхания, независимо от условий и лицом, имеющим минимальную подготовку по реанимации.

Среди методов, которые могут быть использованы для проведения реанимационных мероприятий на месте получения повреждения (в объеме доврачебной помощи) относят:

- восстановление проходимости воздухоносных путей;
- искусственная вентиляция легких;
- закрытый массаж сердца для поддержания кровообращения;

- местное охлаждение головы.

Основные принципы доврачебной реаниматологической помощи как взрослым, так и детям одинаковы.

1) Восстановление проходимости воздухоносных путей.

Одной из частых причин непроходимости воздухоносных путей является западение корня языка. Необходимо добиться максимально быстрого полного восстановления проходимости воздухоносных путей. Для этого пострадавшего нужно уложить на спину, на ровную горизонтальную поверхность. Реаниматор располагается справа или слева от пострадавшего. Спасатель подкладывает одну ладонь под шею пострадавшему и несколько приподнимает ее, а другой ладонью, опираясь возвышением большого пальца на лоб, плавно запрокидывает его голову назад (для отхождения корня языка от задней стенки глотки). Руку из-под шеи переносят на подбородок пострадавшего, помогая фиксировать запрокинутую голову, и большим пальцем этой руки приоткрывают ему рот. Эффект разгибания может быть усилен при подтягивании нижней челюсти вперед и вверх за подбородок. Эти приемы обеспечивают освобождение верхних дыхательных путей от смещающегося вниз и назад корня языка при бессознательном состоянии пострадавшего и расслаблении мышц дна полости его рта. Представляет опасность резкое и чрезмерное запрокидывание головы, которое может привести к повреждению шейного отдела позвоночника. Необходимо провести максимальное раскрытие рта пострадавшему и провести осмотр полости рта. Затем, захватив язык (через марлевую салфетку указательным и большим пальцами или с помощью булавки) и вытянув его вперед, зафиксировать его с помощью марлевой повязки вокруг шеи. С целью удаления инородных тел провести туалет полости рта (указательным пальцем, обернутым марлевой салфеткой или носовым платком).

2) Искусственная вентиляция легких.

Сохраненная или восстановленная проходимость верхних дыхательных путей позволяет приступить к проведению искусственной вентиляции легких (вдувание воздуха в легкие) методом «изо рта в рот» или «изо рта в нос», или «изо рта в нос и в рот».

3) Техника проведения искусственной вентиляции легких. При проведении искусственной вентиляции методом «изо рта в рот» реаниматор делает глубокий вдох и после плотного прижатия своих губ вокруг открытого рта пострадавшего производит глубокий выдох, наполняя легкие пострадавшего воздухом. При этом зажимаются крылья носа пострадавшего в виде прищепки большим и указательным пальцами ладони, расположенной на его лбу. Выдох у пострадавшего происходит самостоятельно. Во время пассивного выдоха спасатель выпрямляется и делает глубокий вдох.

Целесообразно использование воздуховода, улучшающего не только гигиеническую сторону мероприятия, особенно при выдохе пострадавшим, но и позволяющего расходовать меньше усилий для обеспечения проходимости верхних дыхательных путей. После установки воздуховода языкодержатель или фиксирующую язык булавку можно снять.

Если у пострадавшего не удалось разомкнуть челюсти и открыть рот или не удастся добиться герметизации рта пострадавшего, например, при повреждениях губ и щек, применяют искусственную вентиляцию способом «изо рта в нос». Последовательность приемов остается той же, только во время выдыхания воздуха в нос пострадавшему его рот закрывают своей ладонью, прижав нижнюю челюсть.

В начале проведения искусственной вентиляции легких делают 3 - 4 быстро следующих друг за другом вдувания-вдоха, ограничивая фазу выдоха, что позволяет ввести в воздухоносные пути пострадавшего больше воздуха и лучше «расправить» легкие. Затем темп составляет 15 вдыханий в одну минуту.

Об эффективности искусственной вентиляции легких можно судить по:

- синхронному, с вдуванием, поднятию грудной клетки;
- ощущению эластического сопротивления при вдувании;
- ощущение струи воздуха при выдохе пострадавшим.

4) Закрытый массаж сердца.

Последовательность (алгоритм) действий при остановке сердца:

- с целью восстановления сердечных сокращений, особенно если остановка сердца произошла «на глазах», необходимо провести механическую дефибрилляцию, т.е. нанести резкий удар (с расстояния 20 -30 см) основанием кулака по грудице в область проекции сердца, которая расположена по средней линии грудицы на границе верхней и средней ее трети;
- проверить пульсацию на крупных сосудах;
- при отсутствии пульсации на крупных сосудах приступить к проведению закрытого (наружного, непрямого) массажа сердца.

При проведении наружного массажа сердца механизм движения крови двоякий в результате:

- прямого сдавливания сердца между грудиной и позвоночником и выталкивания крови из его полостей;
- колебания внутригрудного давления (внутригрудной насос).

Техника проведения закрытого массажа сердца.

Пострадавший лежит на спине, на твердой поверхности. Если он лежит в мягкой постели, необходимо подложить под грудную клетку плоский твердый предмет с расчетом создания твердой опоры. Оказывающий помощь располагается сбоку от пострадавшего так, чтобы его плечевой пояс находился над грудиной пациента. Если пострадавший располагается на земле спасателю необходимо встать на колени. Затем спасатель нащупывает нижний конец грудицы (мечевидный отросток) и устанавливает ладонную поверхность кисти (в состоянии разгибания) на два поперечно расположенных пальца выше мечевидного отростка в месте прикрепления 5 левого ребра к грудице. Контакт с грудиной нужно осуществлять большой и малой возвышенностью кисти. Пальцы спасателя при этом не должны касаться грудной клетки. Вторая рука располагается сверху, под прямым углом к нижележащей руке. Первое нажатие на грудицу нужно провести плавно и постараться определить ее эластичность. Затем толчкообразно, с равномерным давлением на грудицу, необходимо ее сместить на 3 - 5 см и удержать в этом положении 0,5 с (у взрослых), а затем быстро расслабить руки, не отрывая их от грудицы. Руки оказывающего помощь во время надавливания должны быть прямыми. Сдавливать грудную клетку пострадавшего нужно, используя не столько силу рук, сколько тяжесть своего туловища. Это позволит не только проводить массаж сердца эффективно, но и сохранить силы для его проведения в течение длительного времени. Частота толчкообразных надавливаний на грудную клетку должна быть 80 - 100 в мин. Прерывать закрытый массаж сердца можно не более чем на 5 с.

Детям в возрасте до 10 - 12 лет наружный массаж сердца нужно проводить одной рукой, а грудным детям - кончиками двух пальцев (указательным и средним). Частота толчков - 100-120 в мин. Толчки должны быть энергичными, но не чрезвычайно сильными (смещение грудицы у грудных детей не должно превышать 1-2 см, у детей младшего возраста - 2-4 см).

Критерием эффективного наружного массажа сердца служит появление пульса на сонных и бедренных сосудах.

Закрытый массаж сердца проводят в сочетании с искусственной вентиляцией легких. Желательно, чтобы закрытый массаж сердца проводил один человек, а искусственную вентиляцию - другой. Соотношение между закрытым массажем сердца и искусственным дыханием может составлять 5:1.

Если оказывающий помощь один, то он также чередует 2 выдоха в легкие пострадавшего с 15 толчками на грудицу (один цикл). Через каждые 4 цикла повторно определяют пульс на сонных и бедренных артериях.

Высокая частота массажа связана с тем, что при нем ударный объем составляет не более 30% от нормального, т.е. минутный объем сердцебиения может быть поддержан только за счет частоты сокращений сердца. При глубоком дыхании способом «изо рта в рот» и даже при низкой частоте дыхания поддерживается вполне достаточный объем дыхания.

Сохранившаяся или восстановленная в ходе оживления реакция зрачков на свет (сужение расширенных в момент первичного обследования) является дополнительным, но и нередко главным критерием в оценке перспективы реанимации.

Признаки клинической смерти.

Перед оказанием реанимационной помощи необходимо провести наружный осмотр и оценить общее состояние пострадавшего: наличие или отсутствие у него сознания, дыхания (пробы с зеркалом или ниткой) и кровообращения (определить наличие или отсутствие сердечных сокращений); цвет кожного покрова и видимых слизистых оболочек, а при наличии повреждений, оценить их локализацию и характер. Если имеется кровотечение, необходимо установить источник и характер (артериальное, венозное и т.п.), темп поступления крови, а также по возможности приблизительный объем кровопотери.

Наступление клинической смерти обусловлено триадой клинических симптомов:

- отсутствием экскурсий грудной клетки (апноэ);
- отсутствием пульсации на крупных артериях (асистолия);
- отсутствием сознания (кома).

1) Потеря сознания возникает через 10 сек после наступления клинической смерти (необходимо помнить, что потеря сознания может наступить у человека, не находящегося в состоянии клинической смерти, а например, при обмороке). Оценка сознания проводится следующим образом: - необходимо громким голосом обратиться к потерпевшему, похлопав ладонями по его щекам или слегка ущипнуть его за щеку. Подняв большими пальцами оба верхних века пострадавшего, необходимо оценить состояние зрачков (размеры, одинаковость диаметра, реакцию на свет - паралитическое расширение зрачков наблюдается к 40 - 60 сек клинической смерти), наличие или отсутствие роговичных рефлексов путем прямого контакта подушечки большого пальца с роговой оболочкой глаз. Отсутствие ответной реакции замуривания глаз и отдергивание головы говорит об отсутствии роговичного рефлекса и свидетельствует о выраженных расстройствах сознания;

- наличие или отсутствие движений в конечностях и речи;
- если пострадавший находится без сознания, то необходимо выяснить у окружающих сведения о сроках развития экстремальной ситуации, а также продолжительности времени после «вероятной» остановки сердца.

5) Оценка дыхания производится по внешним признакам подвижности грудной клетки и наличию движения воздуха через нос и рот. В сомнительных случаях применяются пробы с зеркалом и (или) ниткой. При отсутствии зеркала можно провести пробу с ниткой (пушинкой) поднесенной ко рту и носу. При наличии дыхания нитка (пушинка) колеблется в такт с дыхательными движениями.

6) Оценка кровообращения. Для установления наличия сердечных сокращений необходимо нащупать пульс на сонной (боковая поверхность шеи) или бедренной (паховая область) артериях. Исчезновение или отсутствие пульса на них - основной сигнал к началу реанимационных мероприятий, направленных на восстановление сердечных сокращений (удар в область сердца, закрытый массаж сердца). Если не удалось обнаружить пульс на крупных артериях, то для определения наличия кровообращения ставится проба с перетягиванием ниткой концевой фаланги пальца или жгутом плеча. У живого человека кожа за местом перетяжки в сторону от сердца, приобретет синюшную окраску, что связано со скоплением венозной крови и свидетельствует о наличии кровообращения. У пострадавшего с остановкой сердца и отсутствием кровообращения изменения цвета кожи после перетяжки не произойдет.

Следует помнить, что при первичной остановке дыхания, сердечная деятельность может продолжаться еще 3 - 4 мин. В случае первичной остановки сердца дыхание прекращается уже к концу 1 -ой мин. Имеются и другие признаки: исчезновение рефлексов, всех видов чувствительности и др.

Реанимационные мероприятия.

В настоящее время выделяют три типа терминального состояния: сердечный, *легочный и мозговой*. Реанимационные мероприятия должны проводиться в соответствии с типом терминального состояния (сердечная, легочная и мозговая реанимация).

В любом случае успех реанимационных мероприятий обусловлен тремя факторами:

- возможно более ранним установлением клинической смерти;
- немедленным началом сердечно-легочной реанимации (СЛР);
- своевременным вызовом специализированной реанимационной бригады.

Различают основной или базовый комплекс СЛР и специализированную реанимационную помощь.

Базовый комплекс сердечно-легочной реанимации (БКРМ) включает в себя мероприятия, которые могут быть начаты незамедлительно при появлении признаков остановки кровообращения и дыхания, независимо от условий и лицом, имеющим минимальную подготовку по реанимации.

Среди методов, которые могут быть использованы для проведения реанимационных мероприятий на месте получения повреждения (в объеме доврачебной помощи) относят:

- восстановление проходимости воздухоносных путей;
- искусственная вентиляция легких;
- закрытый массаж сердца для поддержания кровообращения;
- местное охлаждение головы.

Основные принципы доврачебной реаниматологической помощи как взрослым, так и детям одинаковы.

1) Восстановление проходимости воздухоносных путей.

Одной из частых причин непроходимости воздухоносных путей является западение корня языка. Необходимо добиться максимально быстрого полного восстановления проходимости воздухоносных путей. Для этого пострадавшего нужно уложить на спину, на ровную горизонтальную поверхность. Реаниматор располагается справа или слева от пострадавшего. Спасатель подкладывает одну ладонь под шею пострадавшему и несколько приподнимает ее, а другой ладонью, опираясь возвышением большого пальца на лоб, плавно запрокидывает его голову назад (для отхождения корня языка от задней стенки глотки). Руку из-под шеи переносят на подбородок пострадавшего, помогая фиксировать запрокинутую голову, и большим пальцем этой руки приоткрывают ему рот. Эффект разгибания может быть усилен при подтягивании нижней челюсти вперед и вверх за подбородок. Эти приемы обеспечивают освобождение верхних дыхательных путей от смещающегося вниз и назад корня языка при бессознательном состоянии пострадавшего и расслаблении мышц дна полости его рта. Представляет опасность резкое и чрезмерное запрокидывание головы, которое может привести к повреждению шейного отдела позвоночника. Необходимо провести максимальное раскрытие рта пострадавшему и провести осмотр полости рта. Затем, захватив язык (через марлевую салфетку указательным и большим пальцами или с помощью булавки) и вытянув его вперед, зафиксировать его с помощью марлевой повязки вокруг шеи. С целью удаления инородных тел провести туалет полости рта (указательным пальцем, обернутым марлевой салфеткой или носовым платком).

2) Искусственная вентиляция легких.

Сохраненная или восстановленная проходимость верхних дыхательных путей позволяет приступить к проведению искусственной вентиляции легких (вдувание воздуха в легкие) методом «изо рта в рот» или «изо рта в нос», или «изо рта в нос и в рот».

3) Техника проведения искусственной вентиляции легких. При проведении искусственной вентиляции методом «изо рта в рот» реаниматор делает глубокий вдох и после плотного прижатия своих губ вокруг открытого рта пострадавшего производит глубокий выдох, наполняя легкие пострадавшего воздухом. При этом зажимаются крылья носа пострадавшего в виде прищепки большим и указательным пальцами ладони, расположенной

на его лбу. Выдох у пострадавшего происходит самостоятельно. Во время пассивного выдоха спасатель выпрямляется и делает глубокий вдох.

Целесообразно использование воздуховода, улучшающего не только гигиеническую сторону мероприятия, особенно при выдохе пострадавшим, но и позволяющего расходовать меньше усилий для обеспечения проходимости верхних дыхательных путей. После установки воздуховода языкодержатель или фиксирующую язык булавку можно снять.

Если у пострадавшего не удалось разомкнуть челюсти и открыть рот или не удастся добиться герметизации рта пострадавшего, например, при повреждениях губ и щек, применяют искусственную вентиляцию способом «изо рта в нос». Последовательность приемов остается той же, только во время выдыхания воздуха в нос пострадавшему его рот закрывают своей ладонью, прижав нижнюю челюсть.

В начале проведения искусственной вентиляции легких делают 3 - 4 быстро следующих друг за другом вдувания-вдоха, ограничивая фазу выдоха, что позволяет ввести в воздухоносные пути пострадавшего больше воздуха и лучше «расправить» легкие. Затем темп составляет 15 вдыханий в одну минуту.

Об эффективности искусственной вентиляции легких можно судить по:

- синхронному, с вдуванием, поднятию грудной клетки;
- ощущению эластического сопротивления при вдувании;
- ощущение струи воздуха при выдохе пострадавшим.

7) Закрытый массаж сердца.

Последовательность (алгоритм) действий при остановке сердца:

- с целью восстановления сердечных сокращений, особенно если остановка сердца произошла «на глазах», необходимо провести механическую дефибрилляцию, т.е. нанести резкий удар (с расстояния 20 -30 см) основанием кулака по груди в область проекции сердца, которая расположена по средней линии грудины на границе верхней и средней ее трети;
- проверить пульсацию на крупных сосудах;
- при отсутствии пульсации на крупных сосудах приступить к проведению закрытого (наружного, непрямого) массажа сердца.

При проведении наружного массажа сердца механизм движения крови двоякий в результате:

- прямого сдавливания сердца между грудиной и позвоночником и выталкивания крови из его полостей;
- колебания внутригрудного давления (внутригрудной насос).

Техника проведения закрытого массажа сердца.

Пострадавший лежит на спине, на твердой поверхности. Если он лежит в мягкой постели, необходимо подложить под грудную клетку плоский твердый предмет с расчетом создания твердой опоры. Оказывающий помощь располагается сбоку от пострадавшего так, чтобы его плечевой пояс находился над грудиной пациента. Если пострадавший располагается на земле спасателю необходимо встать на колени. Затем спасатель нащупывает нижний конец грудины (мечевидный отросток) и устанавливает ладонную поверхность кисти (в состоянии разгибания) на два поперечно расположенных пальца выше мечевидного отростка в месте прикрепления 5 левого ребра к груди. Контакт с грудиной нужно осуществлять большой и малой возвышенностью кисти. Пальцы спасателя при этом не должны касаться грудной клетки. Вторая рука располагается сверху, под прямым углом к нижележащей руке. Первое нажатие на грудь нужно провести плавно и постараться определить ее эластичность. Затем толчкообразно, с равномерным давлением на грудь, необходимо ее сместить на 3 - 5 см и удержать в этом положении 0,5 с (у взрослых), а затем быстро расслабить руки, не отрывая их от грудины. Руки оказывающего помощь во время надавливания должны быть прямыми. Сдавливать грудную клетку пострадавшего нужно, используя не столько силу рук, сколько тяжесть своего туловища. Это позволит не только проводить массаж сердца эффективно, но и сохранить силы для его проведения в течение

длительного времени. Частота толчкообразных надавливаний на грудную клетку должна быть 80 - 100 в мин. Прерывать закрытый массаж сердца можно не более чем на 5 с.

Детям в возрасте до 10 - 12 лет наружный массаж сердца нужно проводить одной рукой, а грудным детям - кончиками двух пальцев (указательным и средним). Частота толчков - 100-120 в мин. Толчки должны быть энергичными, но не чрезвычайно сильными (смещение грудины у грудных детей не должно превышать 1-2 см, у детей младшего возраста - 2-4 см).

Критерием эффективного наружного массажа сердца служит появление пульса на сонных и бедренных сосудах.

Закрытый массаж сердца проводят в сочетании с искусственной вентиляцией легких. Желательно, чтобы закрытый массаж сердца проводил один человек, а искусственную вентиляцию - другой. Соотношение между закрытым массажем сердца и искусственным дыханием может составлять 5:1.

Если оказывающий помощь один, то он также чередует 2 выдоха в легкие пострадавшего с 15 толчками на грудину (один цикл). Через каждые 4 цикла повторно определяют пульс на сонных и бедренных артериях.

Высокая частота массажа связана с тем, что при нем ударный объем составляет не более 30% от нормального, т.е. минутный объем сердцебиения может быть поддержан только за счет частоты сокращений сердца. При глубоком дыхании способом «изо рта в рот» и даже при низкой частоте дыхания поддерживается вполне достаточный объем дыхания.

Сохранившаяся или восстановленная в ходе оживления реакция зрачков на свет (сужение расширенных в момент первичного обследования) является дополнительным, но и нередко главным критерием в оценке перспективы реанимации.

Задания для промежуточной аттестации

Пояснительная записка

Комплект контрольно-оценочных средств предназначен для контроля освоенных предметных знаний, умений по учебной дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности».

Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированного зачета.

Форма контроля - дифференцированный зачет проводится в форме собеседования по билетам.

Критерии оценивания устных ответов.

Оценка «5» ставится, если обучающийся:

1. Показывает глубокое и полное знание и понимание всего объема программного материала; полное понимание сущности рассматриваемых понятий, явлений и закономерностей, теорий, взаимосвязей.
2. Умеет составить полный и правильный ответ на основе изученного материала; выделять главные положения, самостоятельно подтверждать ответ конкретными примерами, фактами; самостоятельно и аргументировано делать анализ, обобщать, выводы. Устанавливает межпредметные (на основе ранее приобретенных знаний) и внутрипредметные связи, творчески применяет полученные знания в незнакомой ситуации. Последовательно, четко, связно, обоснованно и безошибочно излагает учебный материал: дает ответ в логической последовательности с использованием принятой терминологии; делает собственные выводы; формирует точное определение и истолкование основных понятий; при ответе не повторяет дословно текст учебника; излагает материал литературным языком; правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы учителя. Самостоятельно и рационально использует наглядные пособия, справочные материалы, учебник, дополнительную литературу, первоисточники.
3. Самостоятельно, уверенно и безошибочно применяет полученные знания в решении проблем на творческом уровне; допускает не более одного недочета, который легко исправляет по требованию учителя.

Оценка «4» ставится, если обучающийся:

1. Показывает знания всего изученного программного материала. Дает полный и правильный ответ на основе изученных теорий; допускает незначительные ошибки и недочеты при воспроизведении изученного материала, определения понятий, неточности при использовании научных терминов или в выводах и обобщениях; материал излагает в определенной логической последовательности, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно при требовании или при небольшой помощи преподавателя; в основном усвоил учебный материал; подтверждает ответ конкретными примерами; правильно отвечает на дополнительные вопросы учителя.
2. Умеет самостоятельно выделять главные положения в изученном материале; на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать внутриспредметные связи. Применяет полученные знания на практике в видоизмененной ситуации, соблюдает основные правила культуры устной и письменной речи, использует научные термины.
3. Не обладает достаточным навыком работы со справочной литературой, учебником, первоисточниками (правильно ориентируется, но работает медленно). Допускает негрубые нарушения правил оформления письменных работ.

Оценка «3» ставится, если обучающийся:

1. Усвоил основное содержание учебного материала, имеет пробелы в усвоении материала, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; материал излагает несистематизированно, фрагментарно, не всегда последовательно.
2. Показывает недостаточную сформированность отдельных знаний и умений; выводы и обобщения аргументирует слабо, допускает в них ошибки.
3. Допустил ошибки и неточности в использовании научной терминологии, определения понятий дал недостаточно четкие; не использовал в качестве доказательства выводы и обобщения из наблюдений, фактов или допустил ошибки при их изложении.
4. Испытывает затруднения в применении знаний, при объяснении конкретных явлений на основе теорий, или в подтверждении конкретных примеров практического применения теорий.
5. Отвечает неполно на вопросы учителя (упуская и основное), или воспроизводит содержание текста учебника, но недостаточно понимает отдельные положения, имеющие важное значение в этом тексте.
6. Обнаруживает недостаточное понимание отдельных положений при воспроизведении текста учебника (записей, первоисточников) или отвечает неполно на вопросы учителя, допуская одну - две грубые ошибки.

Оценка «2» ставится, если обучающийся:

1. Не усвоил и не раскрыл основное содержание материала; не делает выводов и обобщений.
2. Не знает и не понимает значительную или основную часть программного материала в пределах поставленных вопросов или имеет слабо сформированные и неполные знания и не умеет применять их к решению конкретных вопросов.
3. При ответе (на один вопрос) допускает более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи учителя.
4. Не может ответить ни на один их поставленных вопросов.
5. Полностью не усвоил материал.

Вопросы к дифференцированному зачету

1. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
2. Вредные привычки и их профилактика.

3. Курение и его влияние на состояние здоровья.
4. Наркотики, наркомания и токсикомания.
5. Профилактика вредных привычек
6. Правила и безопасность дорожного движения.
7. Правила поведения при организации дорожного движения
8. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.
9. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера.
10. Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
11. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)
12. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Защита населения.
13. Эвакуация по сигналу «Пожарная тревога
14. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС.
15. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.
16. Правила безопасного поведения при угрозе теракта, захвате в качестве заложника.
17. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.
18. История создания Вооруженных Сил России.
19. Организационная структура Вооруженных Сил РФ
20. Другие рода войск РФ
21. Военская обязанность.
22. Призыв на военную службу.
23. Военские Уставы
24. Боевые традиции Вооруженных Сил РФ.
25. Знаки воинских различий в армии и на флоте
26. Ритуалы Вооруженных Сил РФ.
27. Правила оказания первой помощи.
28. Правила первой помощи при ранениях и травмах
29. Первая помощь при кровотечениях.
30. Остановка кровотечений
31. Первая помощь при ожогах, отморожениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.
32. Первая помощь при отравлениях.
33. Первая помощь при отсутствии сознания, обмороке, остановке сердца
34. Реанимация пострадавших
35. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.