

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение
высшего образования «Саратовский государственный технический
университет имени Гагарина Ю.А.»

Энгельсский технологический институт (филиал)

РАССМОТРЕНО

Предметно-цикловой методической
комиссией общеобразовательных, СГ
дисциплин, технологического профиля

протокол № 11 от 25.06.2024

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по СПДО



О.Г. Коваленко

**Методические указания
по выполнению практических работ по дисциплине**

**ОД.08 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ
И ЗАЩИТЫ РОДИНЫ**


специальность

09.02.07 Информационные системы и программирование

Энгельс 2024

РАССМОТРЕНО

на заседании ПЦМК
общеобразовательных, СГ дисциплин,
технологического профиля
Председатель ПЦМК

 /Т.В. Семенова
Подпись Ф.И.О.

Протокол № 11
от «25» июня 2024 г.

РЕКОМЕНДОВАНО

Ученым Советом ЭТИ (филиал) СГТУ имени
Гагарина Ю.А.
к использованию в учебном процессе

Протокол №9
от «26» июня 2024 г.

Разработчик:

Хабаров Б.В., преподаватель спецдисциплин ОСПДО,
Ялымова Т.Ю., преподаватель спецдисциплин первой квалификационной
категории ОСПДО

Рецензенты:

Внутренний:

Залевский А.В. – преподаватель высшей квалификационной категории
преподаватель ЭТИ (филиала) СГТУ имени Гагарина Ю.А.

Внешний:

Ковалева Т.С., методист высшей квалификационной категории ГАПОУ СО
«Энгельсский политехникум»

Методические указания для обучающихся к практическим занятиям разработаны на основе рабочей программы дисциплины ОД.08 Основы безопасности и защиты Родины, в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование, утверждённого приказом Министерства просвещения РФ от 14.06.2022 г. № 444, ФГОС среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413(с изменениями на 12.08.2022 г.) и примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности и защиты Родины» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованных Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») в качестве примерных программ для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (Протокол № 3 от 21 июля 2015 г. Регистрационный номер рецензии 379 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО») (с изменениями и дополнениями от 25.05.2017г.)

Содержание

	стр.
1. Пояснительная записка	4
2. Указания по выполнению практических работ	9
3. Критерии оценки	19
4. Учебно-методическое и информационное обеспечение практических работ	24

1. Пояснительная записка

Методические указания для обучающихся по выполнению практических работ по дисциплине ОУД.13 Основы безопасности жизнедеятельности предназначены для реализации Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 15.02.16 Технология машиностроения.

Учебная дисциплина ОУД.13 Основы безопасности жизнедеятельности входит в общеобразовательный цикл ППССЗ.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен достичь следующие результаты:

П1 сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;

П2 сформированность представлений 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; знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;

П3 сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте. Знание правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике, знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;

П4 знания о способах безопасного поведения в природной среде; умение применять их на практике; знать порядок действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;

П5 владение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знание мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера;

П6 знание основ безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;

П7 сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; знания о способах безопасного поведения в цифровой среде; умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;

П8 знание основ пожарной безопасности; умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности;

П9 сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на 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;

П10 сформированность представлений о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знание основ обороны государства и воинской службы; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны;

П11 знание основ 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;

П12 знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности.

Количество часов, отведенное на проведение практических занятий – 12 часов.

1.2 Перечень практических занятий

Наименование темы	Наименование, № практического занятия	Объем часов	Вид работы	Формируемые результаты освоения
Тема 1.2 Факторы, способствующие укреплению здоровья	Практическое занятие №1 Рациональное питание и его значение для здоровья человека.	2	Выполнение практической работы	П1-П12
Тема 2.6 Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	Практическое занятие №2 Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	2	Выполнение практической работы	П1-П12
Тема 2.8 Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций	Практическое занятие №3 Первичные средства пожаротушения, назначение, устройство и правила использования.	2	Выполнение практической работы	П1-П12
Тема 3.12 Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации	Практическое занятие №4 Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.	2	Выполнение практической работы	П1-П12
Тема 3.13 Элементы начальной военной подготовки	Практическое занятие №5 Автомат Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство, неполная разборка и сборка автомата.	2	Выполнение практической работы	П1-П12
Тема 4.4 Понятие и виды кровотечений	Практическое занятие №6 Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	2	Выполнение практической работы	П1-П12
ИТОГО		12		

2. Указания по выполнению практических работ

Практическое занятие №1 Практическая работа Рациональное питание и его значение для здоровья человека

Цель:

1. Сформировать у обучающихся представление о питании, как одном из важнейших компонентов здорового образа жизни
2. Расширить и систематизировать знания обучающихся о рациональном питании.
3. Научить выбирать продукты и составлять индивидуальный рацион в соответствии с нормами здорового питания.

Задание: Рассчитать расход килокалорий и дневной рацион питания.

Порядок выполнения задания:

Задание 1. Известно, что для восполнения энергозатрат в сутки 14-17 летние юноши должны потреблять с пищей в среднем 2900 ккал, девушки – 2600 ккал. Пользуясь данными табл. № 1, подсчитайте, сколько вы расходуете килокалорий в сутки (можно округлять до получаса)

Таблица 1

Расход энергии на различные виды деятельности

Вид деятельности	Энергозатраты. Ккал/ час
Сон и отдых лежа	65-77
Уборка постели и умывание	102-144
Чтение, просмотр телевизионных передач	90-100
Мытье посуды, глажение белья	130-144
Вытирание пыли. Подметание полов	167-180
Стирка белья, мытье полов	200-270
Чтение учебника	100-110
Объяснение учителя, ответ на уроке,	100-120
контрольная работа	120-150
Выполнение практической работы	200-600
	100

Задание 2. Рассчитайте дневной рацион питания, исходя из собственной потребности в килокалориях. Наиболее оптимален четырехразовый прием пищи. Помните, что калорийность завтрака и ужина должна составлять 25% от общего количества килокалорий в сутки, обед – 35%, полдник – 15%, для составления меню

Используйте данные таблицы 2. суточный объем пищи (вместе с выпиваемой жидкостью) должен быть в пределах 2,5 – 3 кг. При составлении меню помните, что на завтрак полезно съесть молочную кашу или другой молочный продукт; обед по возможности должен включать закуску (салат из свежих овощей) первое блюдо (любой суп), второе (мясо или рыба с гарниром) и третье (сок, компот или напиток); в течение дня съедать несколько фруктов.

Запишите в таблицу составленный суточный рацион.

Таблица 2

Суточный рацион питания

Прием пищи	Наименование блюд	Общая масса, г	Общая калорийность
Завтрак			
Обед			
Полдник			
Ужин			

Задание 3. Определите оптимальное для вас время приемы пищи, учитывая, что физиологи советуют, чтобы интервал между едой не превышал 4-4,5 ч, минимальный перерыв был не менее

- 3ч. Кроме того, учтите. Что интервал между ужином и отходом ко сну не должен быть меньше
2ч. Данные запишите в табл. 3 и сравните их с рекомендуемыми.

Таблица 3

Часы приема пищи

Прием пищи	Фактическое время	Рекомендуемое время
Завтрак		7.30-8.00
Обед		12.30-13.30
Полдник		15.30-16.30
Ужин		18.30-19.30

Задание 4. Рассчитайте нормальную массу тела, соответствующую вашему росту и возрасту по формуле:

$$\text{Масса тела (в кг)} = 50 + 0,75(T - 150) + (A - 20)/4$$

T - рост в см;

A – возраст (в годах)

Условия выполнения задания:

- 1) задание выполняется в учебном кабинете основ безопасности жизнедеятельности;
- 2) обучающиеся письменно выполняют задания в тетради для практических работ;
- 3) время, отводимое на выполнение задания – 90 минут;
- 4) максимальный балл за задание - 5 баллов.

Материально-техническое обеспечение: раздаточный материал в виде таблиц.

Вид, выполняемой работы	Наличие прикладной компьютерной программы (наименование)	Наличие специального оборудования (наименование)
	Microsoft PowerPoint	Проектор (переносной)

Контрольные вопросы:

1. Что понимается под рациональным питанием?
2. Охарактеризуйте принципы рационального питания.

Практическое занятие №2 Практическая работа Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени

Цель:

1. Закрепление теоретических знаний о средствах индивидуальной защиты.
2. Научить изготавливать и применять простейшие СИЗ органов дыхания.

Задание: составить схему «Классификация средств индивидуальной защиты органов дыхания» (СИЗОД).

Порядок выполнения задания:

Задание 1 Описать состав и назначение средств индивидуальной защиты.

Задание 2 Описать простейшие СИЗ органов дыхания.

Задание 3 Описать правила использования противогаза.

Задание 4 Составьте схему классификации СИЗОД.

Задание 5 Заполнить Таблицу №1 «Средства защиты органов дыхания»

Таблица №1 «Средства защиты органов дыхания»

Наименование	Что защищают			От чего защищают			Время действия	Способ изготовления
	Глаза	Кожу	Органы дыхания	ОВ	РВ	БС		

ВМП								
Р-2								
ГП-5								

Сформулировать общие выводы по работе.

Условия выполнения задания:

- 1) задание выполняется в учебном кабинете Основ Безопасности жизнедеятельности ;
- 2) обучающиеся письменно выполняют задания в тетради для практических работ;
- 3) время, отводимое на выполнение задания – 90 минут;
- 4) максимальный балл за задание - 5 баллов.

Материально-техническое обеспечение: раздаточный материал

Вид, выполняемой работы	Наличие прикладной компьютерной программы (наименование)	Наличие специального оборудования (наименование)
	Microsoft Power Point	Проектор (переносной)

Контрольные вопросы:

1. Назначение и принцип действия гражданских противогазов.
2. Изолирующие противогазы, предназначение и принцип действия.

Практическое занятие №3 Практическая работа Первичные средства пожаротушения, назначение, устройство и правила их использования

Цель: Изучить первичные средства тушения пожаров.

Задание: составить схему «Алгоритм действий в случае возникновения пожара».

Порядок выполнения задания:

Задание 1. Описать первичные средства тушения пожаров.

Задание 2. Описать порядок действий в случае возникновения пожара.

Задание 3. Составьте алгоритм действий в случае возникновения пожара.

Задание 3. Решить ситуационную задачу

В пожароопасный период велика вероятность лесного и степного пожара. Укажите тип возникшей чрезвычайной ситуации. Создайте перечень мероприятий ГО и ЧС по предотвращению возникшей ЧС. Опишите действия населения при возникшей ЧС. Составьте алгоритм действий по оказанию первой помощи населению при обширных ожогах тела и конечностей.

4. Сформулировать общие выводы по работе.

Условия выполнения задания:

- 1) задание выполняется в учебном кабинете Основ безопасности жизнедеятельности;
- 2) обучающиеся письменно выполняют задания в тетради для практических работ;
- 3) время, отводимое на выполнение задания – 90 минут;
- 4) максимальный балл за задание - 5 баллов.

Материально-техническое обеспечение: раздаточный материал.

Вид, выполняемой работы	Наличие прикладной компьютерной программы (наименование)	Наличие специального оборудования (наименование)
	Microsoft PowerPoint	Проектор (переносной)

Контрольные вопросы:

1. Охарактеризовать углекислотные огнетушители.
2. Охарактеризовать порошковые ручные огнетушители газогенераторного и закачного типа.
3. Охарактеризовать воздушно – пенные огнетушители.

Практическое занятие №4 Практическая работа Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки

Цель: изучить выполнение строевых приёмов строевая стойка и повороты на месте.

Задание: заполнить таблицы «Выход из строя, подход к начальнику и отход от него, повороты на месте».

Порядок выполнения задания:

Задание 1. Заполнить таблицы 1 и 2.

Таблица 1. Выход из строя, подход к начальнику и отход от него.

Содержание	Действия
Отход от начальника и возвращение в строй	
Выход из строя и подход к начальнику	

Таблица 2. Повороты на месте

Содержание	Действия
Поворот налево	
Поворот направо	
Поворот кругом	

4. Сформулировать общие выводы по работе.

Условия выполнения задания:

- 1) задание выполняется в учебном кабинете Основ безопасности жизнедеятельности;
- 2) обучающиеся письменно выполняют задания в тетради для практических работ;
- 3) время, отводимое на выполнение задания - 90 мин.;
- 4) максимальный балл за задание - 5 баллов.

Материально-техническое обеспечение: раздаточный материал.

Вид, выполняемой работы	Наличие прикладной компьютерной программы (наименование)	Наличие специального оборудования (наименование)
	Microsoft <i>PowerPoint</i>	Проектор (переносной)

Контрольные вопросы:

1. Дать характеристику строевой стойки в соответствии со строевым уставом.
2. В каких случаях строевая стойка на месте принимается без команды?
3. Что делается по команде «Вольно» и «Заправиться»?

Практическое занятие №5 Практическая работа Автомат Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство неполная разборка и сборка автомата

Цель: закрепление теоретических знаний об устройстве и боевых свойствах автомата Калашникова и получение навыков неполной разборки и сборки автомата.

Задание: составить схему «Алгоритм неполной разборки и сборки АК-74».

Порядок выполнения задания:

Задание 1 Описать назначение, устройство и боевые свойства АК-74.

Задание 2. Составить алгоритм неполной разборки и сборки АК-74.

Задание 3. Отработать практические нормативы по неполной разборке и сборке АК-74.

Сформулировать общие выводы по работе.

Условия выполнения задания:

- 1) задание выполняется в учебном кабинете Основ безопасности жизнедеятельности;
- 2) обучающиеся письменно выполняют теоретические задания в рабочих тетрадях;

- 3) время, отводимое на выполнение задания – 90 минут;
- 4) максимальный балл за задание - 5 баллов.

Материально-техническое обеспечение: макет автомата Калашникова, раздаточный материал.

Вид, выполняемой работы	Наличие прикладной компьютерной программы (наименование)	Наличие специального оборудования (наименование)
	Microsoft <i>PowerPoint</i>	Проектор (переносной)

Контрольные вопросы:

1. В чем заключается основное предназначение огневой подготовки?
2. Какие основные характеристики стрельбы из автомата Калашникова вы можете назвать?
3. На чём основано автоматическое действие автомата Калашникова?
4. Какие основные части и механизмы автомата Калашникова вы знаете?
5. Очередность неполной разборки автомата Калашникова и временные нормативы.

Практическое занятие № 6 Практическая работа Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях

Цель: Сформировать умения по временной остановке кровотечений.

Задание: сформировать умения по временной остановке кровотечения и решить ситуационные задачи.

Порядок выполнения задания:

Задание 1. Изобразить на схеме места прижатия артерий, указав их названия.

Самый доступный и быстрый способ временной остановки кровотечения - пальцевое прижатие артерии. Выполнив пальцевое прижатие сосуда, надо быстро наложить жгут или закрутку и стерильную повязку на рану.

Назовите артерии, которые прижимаются при кровотечениях из ран головы и лица. Найти месторасположение этих артерий.

Назовите артерию, которые прижимаются при кровотечениях из ран в области плечевого сустава. Найти месторасположение этой артерии.

Назовите артерию, которые прижимаются при кровотечениях из ран на плече. Найти месторасположение этой артерии.

Назовите артерию, которые прижимаются при кровотечениях из ран на предплечье. Найти месторасположение этой артерии.

Назовите артерию, которые прижимаются при кровотечениях из ран на бедре. Найти месторасположение этой артерии.

Назовите артерию, которые прижимаются при кровотечениях из ран на голени и стопе. Найти месторасположение этой артерии.

При повреждении артерии следует немедленно одним или несколькими пальцами прижать её к подлежащей кости. Бедренную артерию сдавливают кулаком.

Задание 2. Составить алгоритм наложение жгута.

При повреждении крупных артерий конечностей на 8-10 см выше места кровотечения поверх одежды или повязки накладывают кровоостанавливающий жгут.

Для этого его подводят под конечность и, растягивая, вокруг неё до прекращения кровотечения

Чрезмерное затягивание жгута может стать причиной развития паралича конечности. Следующие 2-3 витка накладывают с меньшим усилием без зазора между ними и друг с другом. Использование в качестве жгута резинового бинта позволяет сдавливать ткани менее травматично.

Допускается держать жгут не более 1,5 часа летом, а в холодных условиях – не более часа. В противном случае может возникнуть омертвление тканей. Поэтому под последний виток жгута подкладывают записку с указанием времени его наложения. Если эвакуация затягивается, необходимо на 5-10 минут, предварительно прижав пальцами артерию, ослабить жгут и вновь наложить его несколько выше. В дальнейшем это повторяют через каждые полчаса.

Задание 3. Составить алгоритм наложение закрутки.

При отсутствии жгута можно воспользоваться ремнём или закруткой. Применяемый для закрутки материал 2-3 раза обкручивают вокруг конечности, подложив предварительно матерчатую подкладку, а затем концы завязывают узлом. Поверх узла кладут один конец палки длиной 20-25 см и над ней завязывают второй узел. Затем поворачивают палку до тех пор, пока кровотечение не остановится. Чтобы закрутка не раскрутилась. Второй конец палки привязывают к конечности. Правила контроля за конечностью и закруткой аналогичны правилам при наложении жгута.

При отсутствии переломов артериальное кровотечение можно остановить фиксацией конечности в положении максимального сгибания. Чтобы усилить сдавливание сосудов на сгибе в подколенную, локтевую или подмышечную ямку помещают плотный валик из одежды или скатанный бинт.

Небольшое артериальное, венозное или значительное капиллярное кровотечение останавливают наложением давящей повязки.

Задание 4.

Решить ситуационную задачу 1

Пострадавший с травматической ампутацией 2-5- пальцев левой кисти лежит без сознания на спине более 4-х минут. Пульс на сонной артерии определяется, дыхание с сипом на вдохе, лицо бледное с синюшным оттенком.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности выполнения

1. Наложить транспортные шины и вызвать «Скорую помощь»
2. Повернуть на живот.
3. Приступить к реанимации, освободив грудную клетку от одежды.
4. Обезболить. Дать 2-3- таблетки анальгина
5. Транспортировать в медпункт в положении «лёжа на спине»
6. Транспортировать в положении «лёжа на животе»
7. Транспортировать в положении «сидя»
8. Наложить давящую повязку.
9. Предложить обильное питьё
10. Приложить холод кисти
11. пережать артерию пальцем или кулаком и наложить повязку
12. наложить кровоостанавливающий жгут с запиской о времени его наложения
13. Приложить холод к голове.
14. Приложить к голове тёплую грелку и дать 2-3 таблетки анальгина

Решите ситуационную задачу 2

На тротуаре в положении на спине лежит без сознания пешеход, сбитый легковым автомобилем. У него венозное кровотечение из рваной раны на левой голени. Пульс на сонной артерии присутствует

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности выполнения

1. Наложить транспортные шины и вызвать «Скорую помощь»
2. Повернуть на живот
3. Приступить к реанимации, освободив грудную клетку от одежды.
4. Освободить ротовую полость от рвотных масс.
5. Обезболить. Дать 2-3 таблетки анальгина.
6. Наложить давящую повязку.
7. Предложить обильное тёплое питьё.
8. Приложить холод к голове.

9. Вызвать «Скорую помощь»

Сформулировать общие выводы по работе.

Условия выполнения задания:

- 1) задание выполняется в учебном кабинете Основ безопасности жизнедеятельности;
- 2) обучающиеся письменно выполняют работу в тетради для практических работ;
- 3) время, отводимое на выполнение задания - 90 мин.;
- 4) максимальный балл за задание - 5 баллов.

Материально-техническое обеспечение: раздаточный материал.

Вид, выполняемой работы	Наличие прикладной компьютерной программы (наименование)	Наличие специального оборудования (наименование)
	Microsoft <i>PowerPoint</i>	Проектор (переносной)

Контрольные вопросы:

1. Виды кровотечений.
2. Особенности видов кровотечений.
3. Способы остановки кровотечений.
4. Места прижатия артерий.
5. Правила наложения жгута.
6. Правила наложения закрутки.

3. Критерии оценки

Критерии оценки устных (письменных) ответов на теоретические вопросы

Критерии оценки		Оценка
1	Демонстрирует глубокое, полное знание и понимание программного материала. Последовательно, самостоятельно раскрывает основное содержание вопроса. Выводы аргументированы, основаны на самостоятельно выполненном анализе, обобщении данных. Четко и верно даны определения понятий и научных терминов. Дает верные, самостоятельные ответы на вопросы.	5 (отлично)
2	Демонстрирует недостаточно глубокое, полное знание и понимание программного материала. Недостаточно последовательно, но самостоятельно раскрывает основное содержание вопроса. Выводы основаны на самостоятельно выполненном анализе, обобщении данных, но в отдельных случаях недостаточно аргументированы. Недостаточно четко и верно даны определения понятий и научных терминов. При ответе на вопросы допускает несущественные ошибки, которые может исправить самостоятельно.	4 (хорошо)
3	Демонстрирует в отдельных вопросах, неглубокое владение знаниями программного материала. Излагает программный материал фрагментарно, не всегда последовательно. Допущены ошибки и неточности в использовании научной терминологии. При ответе на вопросы допускает неточности.	3 (удовлетворительно)
4	Студент демонстрирует незнание и непонимание программного материала. Основное содержание учебного материала не раскрыто; допущены грубые ошибки в определении понятий, при использовании терминологии. Затрудняется отвечать на вопросы, при ответе допускает серьезные ошибки.	2 (неудовлетворительно)

Критерии оценки результатов выполнения письменной работы Практическое занятие № 1 «Рациональное питание и его значение для здоровья человека».

	Критерии оценки к практическому заданию	Баллы за критерии оценки
1	2	3
		Максимальный балл - 5 баллов
1	Оформление общих сведений	Максимальный балл – 0,5 балла
	- общие сведения в тетради оформлены полностью	0,5
	- отсутствуют общие сведения	0

2	Оформление таблицы	Максимальный балл – 3,0 балл
	- расчет расхода килокалорий и дневного рациона питания произведен правильно и в полном объеме	3,0
	- при расчете расхода килокалорий и дневного рациона питания допущены незначительные ошибки	2,0
	- таблица не оформлена или полностью отсутствует	0
3	Ответы на контрольные вопросы	Максимальный балл – 1,0 балл
	- ответы на контрольные вопросы даны, верно, и в полном объеме	1,0
	- ответы на контрольные вопросы в основном даны с небольшими неточностями	0,5
	- ответы на контрольные вопросы даны неверно	0
4	Оформление вывода	Максимальный балл – 0,5 балла
	- вывод сформулирован правильно	0,5
	- вывод сформулирован с незначительными неточностями	0,3
	- вывод сделан неверно, или отсутствует	0
	ИТОГО	5

Критерии оценки результатов выполнения письменной работы Практическое занятие № 2 «Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени».

	Критерии оценки к практическому заданию	Баллы за критерии оценки
1	2	3
		Максимальный балл - 5 баллов
1	Оформление общих сведений	Максимальный балл – 0,5 балла
	- общие сведения в тетради оформлены полностью	0,5
	- отсутствуют общие сведения	0
2	Оформление схемы	Максимальный балл – 3,0 балла
	- схема средств индивидуальной защиты органов дыхания (СИЗОД) правильно	3,0
	- допущены незначительные ошибки при оформлении схемы СИЗОД	2,0
	- схема СИЗОД не оформлена или полностью отсутствует	0
3	Ответы на контрольные вопросы	Максимальный балл – 1,0 балл
	- ответы на контрольные вопросы даны, верно, и в полном объеме	1,0
	- ответы на контрольные вопросы в основном даны с небольшими неточностями	0,5
	- ответы на контрольные вопросы даны неверно	0

4	Оформление вывода	Максимальный балл – 0,5 балла
	- вывод сформулирован правильно	0,5
	- вывод с незначительными неточностями	0,3
	- вывод сделан неверно, или отсутствует	0
	ИТОГО	5

**Критерии оценки результатов выполнения письменной работы
Практическое занятие № 3 «Первичные средства пожаротушения, назначение, устройство и правила их использования».**

	Критерии оценки к практическому заданию	Баллы за критерии оценки
1	2	3
		Максимальный балл - 5 баллов
1	Оформление общих сведений	Максимальный балл – 0,5 балла
	- общие сведения в тетради оформлены полностью	0,5
	- отсутствуют общие сведения	0
2	Оформление схемы	Максимальный балл – 3,0 балла
	- схема «Алгоритм действий в случае возникновения пожара» оформлена правильно	3,0
	- допущены незначительные ошибки при оформлении схемы «Алгоритм действий в случае возникновения пожара»	2,0
	- схема «Алгоритм действий в случае возникновения пожара» не оформлена или полностью отсутствует	0
3	Ответы на контрольные вопросы	Максимальный балл – 1,0 балл
	- ответы на контрольные вопросы даны, верно, и в полном объеме	1,0
	- ответы на контрольные вопросы в основном даны с небольшими неточностями	0,5
	- ответы на контрольные вопросы даны неверно	0
4	Оформление вывода	Максимальный балл – 0,5 балла
	- вывод сформулирован правильно	0,5
	- вывод сформулирован с незначительными неточностями	0,3
	- вывод сделан неверно, или отсутствует	0
	ИТОГО	5

Критерии оценки результатов выполнения письменной работы Практическое занятие № 4 «Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки».

	Критерии оценки к практическому заданию	Баллы за критерии оценки
1	2	3

		Максимальный балл - 5 баллов
1	Оформление общих сведений	Максимальный балл – 0,5 балла
	- общие сведения в тетради оформлены полностью	0,5
	- отсутствуют общие сведения	0
2	Оформление таблицы	Максимальный балл – 3,0 балла
	- таблица «Выход из строя, подход к начальнику и отход от него, повороты на месте» оформлена правильно	3,0
	- допущены незначительные ошибки при оформлении таблицы «Выход из строя, подход к начальнику и отход от него, повороты на месте»	2,0
	- таблица «Выход из строя, подход к начальнику и отход от него, повороты на месте» не оформлена или полностью отсутствует	0
3	Ответы на контрольные вопросы	Максимальный балл – 1,0 балл
	- ответы на контрольные вопросы даны, верно, и в полном объеме	1,0
	- ответы на контрольные вопросы в основном даны с небольшими неточностями	0,5
	- ответы на контрольные вопросы даны неверно	0
4	Оформление вывода	Максимальный балл – 0,5 балла
	- вывод сформулирован правильно	0,5
	ИТОГО	5
	- вывод сформулирован с незначительными неточностями	0,3
	- вывод сделан неверно, или отсутствует	0

Критерии оценки результатов выполнения письменной работы
Практическое занятие № 5 Автомат Калашникова. «Назначение, боевые свойства, общее устройство неполная разборка и сборка автомата».

	Критерии оценки к практическому заданию	Баллы за критерии оценки
1	2	3
		Максимальный балл - 5 баллов
1	Оформление общих сведений	Максимальный балл – 0,5 балла
	- общие сведения в тетради оформлены полностью	0,5
	- отсутствуют общие сведения	0
2	Оформление схемы	Максимальный балл – 3,0 балла
	- схема «Неполная разборка и сборка АК-74» оформлена правильно	3,0
	- допущены незначительные ошибки при оформлении схемы	2,0

	«Неполная разборка и сборка АК-74»	
	- схема «Неполная разборка и сборка АК-74» не оформлена или полностью отсутствует	0
3	Ответы на контрольные вопросы	Максимальный балл – 1,0 балл
	- ответы на контрольные вопросы даны, верно, и в полном объеме	1,0
	- ответы на контрольные вопросы в основном даны с небольшими неточностями	0,5
	- ответы на контрольные вопросы даны неверно	0
4	Оформление вывода	Максимальный балл – 0,5 балла
	- вывод сформулирован правильно	0,5
	- вывод сформулирован с незначительными неточностями	0,3
	- вывод сделан неверно, или отсутствует	0
	ИТОГО	5

Критерии оценки результатов выполнения письменной работы (решение практической задачи). Практическое занятие №6 «Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях».

	Критерии оценки к практическому заданию	Баллы за критерии оценки
		Максимальный балл - 5 баллов
1	Изобразить на схеме места прижатия артерий, указав их названия	Максимальный балл – 2 балла
	Верно, отмечены на схеме артерии, даны верные названия (7шт)	(7*0,28) 2,0
2	Составление алгоритма наложения жгута	Максимальный балл – 1 балл
	Верно, составлен алгоритм	1,0
3	Составление алгоритма наложения закрутки	Максимальный балл – 1 балл
	Верно, составлен алгоритм	1
4	Решение ситуационной задачи	Максимальный балл – 1 балл
	Верно, решена ситуационная задача	1
	ИТОГО:	5

4. Учебно-методическое и информационное обеспечение практических работ

Нормативно-правовые акты

1. О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера: Федеральный закон от 21 декабря 1994 года N 68-ФЗ - Текст: электронный// Консультант Плюс [сайт] –URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_5295/
2. Об обороне: Федеральный закон от 31 мая 1996 года № 61-ФЗ- Текст: электронный// КонсультантПлюс[сайт]- URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_10591/
3. О статусе военнослужащих: Федеральный закон от 27 мая 1998 года N 76-ФЗ - Текст: электронный// КонсультантПлюс [сайт]- URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_18853/
4. О воинской обязанности и военной службе: Федеральный закон 28 марта 1998 года N 53-ФЗ - Текст: электронный// КонсультантПлюс [сайт] – URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_18260/
5. О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций: постановление Правительства Российской Федерации от 30.12.2003 N 79- Текст: электронный// КонсультантПлюс [сайт]- URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_45914/492eda9f08b2b56e284a2ab0b4c8d3719f3a2585/.
6. Строевой устав Вооруженных сил Российской Федерации: приказ Министра обороны Российской Федерации от 11 марта 2006 года № 111- Текст: электронный//Электронный фонд правовых и нормативно-технических документов [сайт] – URL: <https://docs.cntd.ru/document/420346872>

Основные учебные издания

7. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп.— Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 313 с. — (Профессиональное образование. Гриф УМО СПО). — ISBN 978-5-534-04629-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489671>
8. Косолапова Н.В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебное пособие / Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. — Москва: КноРус, 2022. — 155 с. — ISBN 978-5-406-10156-8. — Текст: электронный// URL:<https://book.ru/book/944663> _
9. Косолапова Н.В. Безопасность жизнедеятельности: учебник / Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. — Москва: КноРус, 2022. — 192 с. — (СПО)- ISBN 978-5-406-09732-8. — Текст: электронный// URL: <https://book.ru/book/943656>
10. Косолапова, Н.В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебное пособие / Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. — Москва: КноРус, 2022. — 155 с. — (СПО)- ISBN 978-5-406-10156-8. — Текст: электронный//URL: <https://book.ru/book/944663/>

11. Косолапова, Н.В. Безопасность жизнедеятельности: учебник / Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. - 3-е изд., стер.- М.: Академия, 2018.- 288с.
<https://www.book.ru>

12. Микрюков, В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + еПриложение: учебник / Микрюков В.Ю. — Москва: КноРус, 2022. — 290 с. — (СПО)- ISBN 978-5-406-08825-8. — URL: <https://book.ru/book/941147>

Дополнительные учебные издания

13. Безопасность жизнедеятельности/ Арустамов Э.А. , Косолапова Н.В. , Прокопенко Н.А. , Гуськов Г.В. - 19-е изд., стер. — Москва: Академия, 2022.- 208 с.- (СПО. Рекомендовано ФГБУ «ФИРО»)- ISBN 978-5-0054-0878-5- Текст: электронный//URL: <https://academia-library.ru/catalogue/5069/631365/>

14. Каракеян, В. И. Организация безопасности в чрезвычайных ситуациях: учебное пособие для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина.— Москва: Издательство Юрайт, 2022.— 120 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09151-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490062>

15. Константинов, Ю. С. Безопасность жизнедеятельности. Ориентирование: учебное пособие для среднего профессионального образования / Ю. С. Константинов, О. Л. Глаголева.— 2-е изд., испр. и доп.— Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 329 с. — (Профессиональное образование).— ISBN 978-5-534-08075-9.— Текст: электронный// Образовательная платформа Юрайт [сайт].— URL: <https://urait.ru/bcode/492586> .

Интернет-ресурсы

16. <http://go-oborona.narod.ru>. Гражданская защита (оборона) на предприятии на сайте для первичного звена сил ГО.- Режим доступа: <http://go-oborona.narod.ru>.

17. <http://www.wobzh.ru> Компьютерное учебно-методическое пособие по ОБЖ.- Режим доступа: <http://www.wobzh.ru>

18. www.mchs.gov.ru Официальный сайт МЧС России.- Режим доступа: www.mchs.gov.ru

19. <http://www.mchsgov.ru> Портал МЧС России- Режим доступа: <http://www.mchsgov.ru>

20. <http://government.ru> Портал Правительства России - Режим доступа: <http://government.ru>

21. <http://kremlin.ru> Портал Президента России.- Режим доступа: <http://kremlin.ru>

22. <http://www.rhbz.ru/main.html> Портал «Радиационная, химическая и биологическая защита»

23. <http://antiterror.ru/> Россия Антитеррор. Национальный портал противодействия терроризму.

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

24. Методические указания для обучающихся по выполнению практических работ.