

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение  
высшего образования  
«Воронежский государственный технический университет»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**

*для практических занятий*


по дисциплине «СГ.03 Безопасность жизнедеятельности»

для студентов специальности 34.02.01 Сестринское дело

*строительно-политехнического колледжа*


Методические указания обсуждены на заседании методического совета  
СПК

20.01.2023 года Протокол №5

Председатель методического совета СПК  Сергеева С. И.

Методические указания одобрены на заседании педагогического совета  
СПК

27.01.2023 года Протокол №5

Председатель педагогического совета СПК  Дегтев Д. Н.

**2023**

Разработчик:

Кораблина Наталья Николаевна, преподаватель высшей категории СПК

Целью практических занятий является достижение соответствующего уровня подготовки обучающихся, создающего необходимую теоретическую и практическую базу для формирования общих и профессиональных компетенций:

ОК 06 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 07 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ПК.1.2 Обеспечивать безопасную окружающую среду

ПК.4.5 Оказывать медицинскую помощь в неотложной форме;

ПК.5.2 Оказывать медицинскую помощь в экстренной форме;

ПК.5.3 Проводить мероприятия по поддержанию жизнедеятельности организма пациента (пострадавшего) до прибытия врача или бригады скорой помощи.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

### **Знать:**

31 принципов обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;

32 основных видов потенциальных опасностей и их последствий в профессиональной деятельности и быту, принципов снижения вероятности их реализации;

-33 способов защиты населения от оружия массового поражения;

-34 задач и основных мероприятий гражданской обороны;

-35 меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

36 основ военной службы и обороны государства;

37 основных видов вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;

38 области применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;

39 организации и порядка призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке;

310 перечня военно-учетных специальностей

311 порядка и правил оказания первой помощи пострадавшим.

### **Уметь:**

У1 пользоваться первичными средствами пожаротушения;

У2 применять правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера и при угрозе террористического акта;

У3 применять правила поведения и действия по сигналам гражданской обороны;

У4 соблюдать нормы экологической безопасности;

У5 использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

У6 определять виды Вооруженных Сил, рода войск, ориентироваться в воинских званиях Вооруженных Сил Российской Федерации;

У7 владеть общей физической и строевой подготовкой;

У8 применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;

У9 оказывать первую помощь пострадавшим.

**Иметь практический опыт:**

- П1 использования информационно-коммуникационных технологий при выполнении профессиональных задач.

## **Практическое занятие № 1.**

**Тема практического занятия:** Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного происхождения.

**Место проведения:** кабинет доклинической практики «Безопасность жизнедеятельности».

**Цель занятия:** формирование умения организации аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций природного происхождения.

### Методические указания.

1 Ознакомиться с теоретическим материалом.

2 Ответить на контрольные вопросы:

- 1) Назовите основные группы чрезвычайных ситуаций природного происхождения.
- 2) Выделите общие закономерности природных чрезвычайных ситуаций.
- 3) Назовите основные группы антисейсмических мероприятий.
- 4) Какими факторами могут быть вызваны оползни и сели?
- 5) Назовите противолавинные профилактические мероприятия.
- 6) Выделите основные чрезвычайные ситуации метеорологического характера.
- 7) Чем отличается ураган от бури?
- 8) Назовите основные чрезвычайные ситуации гидрологического характера.
- 9) Чем характеризуется наводнение?
- 10) Что такое цунами?
- 11) По каким признакам классифицируются природные пожары?
- 12) Какие чрезвычайные ситуации угрожают человеку из космоса?
- 13) Какие могут быть последствия космических катастроф?
- 14) Назовите основные виды экологических чрезвычайных ситуаций.
- 15) Каковы противоэпидемиологические и санитарно-гигиенические мероприятия в очаге бактериального заражения?

3 Изучить принцип действия и назначение индивидуальных средств защиты органов дыхания (противогазы, респираторы, противопыльная тканевая маска, ватно-марлевая повязка) и кожи (изолирующие средства защиты кожи, фильтрующие средства защиты кожи, подручные средства защиты кожи).

4 Научиться производить подготовку к работе приборов радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля.

5 Отработать применение медицинских средств индивидуальной защиты, к которым относятся: аптечка индивидуальная; универсальная аптечка бытовая для населения, проживающего на радиационноопасных территориях; индивидуальные противохимические пакеты; пакет перевязочный медицинский.

6 Научиться планировать, организовывать и проводить эвакуационные мероприятия.

7 Выполнить тестовые задания по данной теме.

### Вариант 1.

Задание: Выберите один правильный ответ

1. Затопы и заборы, наводнения относятся к:

- а) геофизическим опасным явлениям;
- б) геологическим опасным явлениям;
- в) метеорологическим опасным явлениям;
- г) гидрологическим опасным явлениям.

2. Чрезвычайная ситуация, в результате которой зона чрезвычайной ситуации затрагивает территорию двух и более субъектов Российской Федерации, при этом количество пострадавших составляет свыше 50 человек, но не более 500 человек либо размер материального ущерба составляет свыше 5 млн. рублей, но не более 500 млн. рублей называется:

- а) чрезвычайная ситуация регионального характера
- б) чрезвычайная ситуация муниципального характера
- в) чрезвычайная ситуация межмуниципального характера
- г) чрезвычайная ситуация межрегионального характера.

3. Массовое, прогрессирующее во времени и пространстве инфекционное заболевание сельскохозяйственных растений и резкое увеличение численности вредителей растений, сопровождающееся массовой гибелью сельскохозяйственных культур и снижением их продуктивности называется:

- а) эпидемия;
- б) эпизоотия;
- в) эпифитотия;
- г) эрозия.

4. Снежная лавина - это:

- а) Скользящее смещение вниз по уклону под действием тяжести масс грунта, формирующих склоны холмов, гор, речные, озерные и моренные террасы.
- б) Масса снега, падающая или сползающая с горных склонов под влиянием природного или антропогенного физического воздействия и увлекающая на своем пути все новые массы снега.
- в) Кратковременные бурные паводки, имеющие характер грязеводных или грязекаменных потоков.
- г) Отрыв и падение больших масс горных пород на крутых и обрывистых склонах гор, речных долин и морских побережий.

5. Вставьте пропущенные слова.

Среда обитания – окружающий \_\_\_\_\_ 1 \_\_\_\_\_ внешний мир, т.е. существующая совокупность факторов (физических, химических, биологических, социальных), способных оказывать прямое или косвенное, немедленное или отдаленное воздействие на существование и деятельность \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_, его здоровье и потомство.

6. Вставьте пропущенные слова.

Чрезвычайная ситуация – это нарушение нормальных условий \_\_\_\_\_ 1 \_\_\_\_\_ людей на определенной территории, вызванное \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_, катастрофой, стихийным или экологическим бедствием. Характерным признаком ЧС является угроза жизни и здоровью людей, огромный ущерб имуществу населения, народному хозяйству и окружающей природной среде.

7. Найдите соответствие (ответ представьте буквой с цифрой, например:3г):

1	Средства индивидуальной защиты	Противогазы, респираторы, изолирующие дыхательные аппараты, простейшие средства (противопыльные тканевые маски, ватно-марлевые повязки)	а
2	Средства защиты органов дыхания	Общевойсковой защитный костюм (ОЗК), легкий защитный костюм Л-1, защитная фильтрующая одежда, накидки, резиновые сапоги, перчатки, подручные средства	б
3	Средства защиты кожи	Пакеты перевязочные индивидуальные (ИПП-1, ППИ АВ-3)	в
		Средства защиты органов дыхания, средства защиты кожи, медицинские средства индивидуальной защиты и профилактики	г

8. Найдите соответствие (ответ представьте буквой с цифрой, например: 3г):

1	Оползень	Внезапно формирующийся в руслах горных рек временный поток с высоким содержанием твердых материалов – камней, грязи, песка и т.д. и резким подъемом уровня воды	а
2	Обвал	Быстрое, внезапно возникающее движение снега или льда вниз по крутым склонам гор, представляющее угрозу жизни и здоровью людей, наносящее ущерб объектам экономики и окружающей природной среде	б
3	Лавина	Скользящие смещения масс горных пород по склону под воздействием собственного веса и дополнительной нагрузки вследствие подмыва склона, переувлажнения, сейсмических толчков и	в

		иных процессов	
		Отрыв и быстрое падение больших масс горных пород на крутых и обрывистых склонах	г

## Вариант 2.

Задание: Выберите один правильный ответ

1. Оползни, сели, обвалы, осыпи, лавины относятся к:

- а) геофизическим опасным явлениям;
- б) геологическим опасным явлениям;
- в) метеорологическим опасным явлениям;
- г) гидрологическим опасным явлениям.

2. Чрезвычайная ситуация, в результате которой зона чрезвычайной ситуации затрагивает территорию двух и более поселений, внутригородских территорий города федерального значения или межселенную территорию, при этом количество пострадавших составляет не более 50 человек либо размер материального ущерба составляет не более 5 млн. рублей называется:

- а) чрезвычайная ситуация регионального характера;
- б) чрезвычайная ситуация муниципального характера;
- в) чрезвычайная ситуация межмуниципального характера;
- г) чрезвычайная ситуация межрегионального характера.

3. Одновременное прогрессирующее во времени и пространстве в пределах определенного региона распространение инфекционной болезни среди большого числа одного или многих видов сельскохозяйственных животных, значительно превышающее обычно регистрируемый на данной территории уровень заболеваемости называется:

- а) эпидемия;
- б) эпизоотия;
- в) эпифитотия;
- г) эрозия.

4. Сели это:

- а. Скользящее смещение вниз по уклону под действием тяжести масс грунта, формирующих склоны холмов, гор, речные, озерные и морские террасы.
- б. Масса снега, падающая или сползающая с горных склонов под влиянием природного или антропогенного физического воздействия и увлекающая на своем пути все новые массы снега.
- в. Кратковременные бурные паводки, имеющие характер грязеводных или грязекаменных потоков.
- г. Отрыв и падение больших масс горных пород на крутых и обрывистых склонах гор, речных долин и морских побережий.

5. Вставьте пропущенные слова.

Патогенные \_\_\_\_\_ 1 \_\_\_\_\_ или их споры, вирусы, бактериальные \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_, предназначенные для массового поражения живой силы противника, сельскохозяйственных животных, посевов сельскохозяйственных культур, а также порчи некоторых видов военных материалов и снаряжения и

средства их доставки называются биологическим оружием.

6. Вставьте пропущенные слова.

Карантин - это система противоэпидемических и режимно-ограничительных мероприятий, направленных на полную \_\_\_\_\_ 1 \_\_\_\_\_ всего очага поражения и ликвидацию в нем инфекционных \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_.

7. Найдите соответствие (ответ представьте буквой с цифрой, например: 3г):

1	Экологические ЧС	события, происходящие в обществе: войны, межнациональные конфликты, геноцид, терроризм, крупные ограбления, мошенничество в больших масштабах и др.	а
2	Биологические ЧС	следствия ошибочных действий людей.	б
3	Социальные ЧС	значительные нарушения природной среды (разрушение озонового слоя, опустынивание земель, засоление почв, кислотные дожди и др.), угрожающие жизнедеятельности человека.	в
		массовые заболевания людей (эпидемии), животных (эпизооти), растений (эпифитотии).	г

8. Найдите соответствие (ответ представьте буквой с цифрой, например:3г):

1	Ветер	Сильный маломасштабный атмосферный вихрь диаметром от 1000 м, в котором воздух вращается со скоростью до 100 м/с, обладающий большой разрушительной силой	а
2	Шторм	Ветер большой разрушительной силы и многочасовой продолжительности, имеющий скорость свыше 32 м/с	б
3	Ураган	Движение воздуха параллельно земной поверхности, возникающее в результате неравномерного распределения атмосферного давления и направленное из зоны высокого давления в зону низкого давления, характеризуется направлением и скоростью	в
		Длительный, очень сильный ветер со скоростью свыше 20 м/с, вызывающий сильные волнения на море и разрушения на суше (сильная буря)	г



## Практическое занятие № 2.

**Тема практического занятия:** Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного происхождения.

**Место проведения:** кабинет доклинической практики «Безопасность жизнедеятельности».

**Цель занятия:** формирование умения организации аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций техногенного происхождения.

Методические указания.

1 Ознакомиться с теоретическим материалом.

2 Ответить на контрольные вопросы:

- 1) На какие группы подразделяются чрезвычайные ситуации техногенного происхождения?
- 2) Назовите техногенные ЧС без загрязнения окружающей среды.
- 3) Какие техногенные ЧС загрязняют окружающую среду?
- 4) Назовите причины аварий на объектах коммунального хозяйства.
- 5) Каковы причины аварий и катастроф на транспорте?
- 6) Дайте характеристику аварий на гидротехнических сооружениях?
- 7) Как классифицируются помещения по взрывопожарной и пожарной опасности?
- 8) Выделите поражающие факторы, характерные для аварий на пожаро- и взрывоопасных объектах.
- 9) Охарактеризуйте аварии на радиационно опасных объектах.
- 10) Каковы основные параметры, регламентирующие ионизирующее излучение?
- 11) Какие объекты называются химически опасными?
- 12) Что является поражающим фактором при выбросе химически опасных веществ?

3 Изучить принцип действия и назначение индивидуальных средств защиты органов дыхания (противогазы, респираторы, противопыльная тканевая маска, ватно-марлевая повязка) и кожи (изолирующие средства защиты кожи, фильтрующие средства защиты кожи, подручные средства защиты кожи).

4 Научиться производить подготовку к работе приборов радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля.

5 Отработать применение медицинских средств индивидуальной защиты, к которым относятся: аптечка индивидуальная; универсальная аптечка бытовая для населения, проживающего на радиационноопасных территориях; индивидуальные противохимические пакеты; пакет перевязочный медицинский.

6 Научиться планировать, организовывать и проводить эвакуационные мероприятия.

7 Выполнить тестовые задания по данной теме.

#### Вариант №1.

Задание: выберите один правильный ответ.

1. Чрезвычайные ситуации техногенного характера подразделяются на...

- а) локальные, местные, территориальные, региональные, федеральные, трансграничные;
- б) муниципальные, городские, районные, областные, всероссийские, всесоюзные;
- в) лесные, степные, горные, равнинные, речные, морские, ландшафтные;
- г) городские, деревенские, сельские, поселковые, лесные, степные, наземные, воздушные.

2. Взрыв всегда сопровождается...

- а) значительным дробящим действием;
- б) световой вспышкой, резким звуком и неприятным запахом;
- в) большим количеством выделяемой энергии;
- г) большим количеством выделяемого дыма и пыли.

3. К основным поражающим факторам пожара относятся ...

- а) осколочные поля;
- б) высокая концентрация кислорода;
- в) воздействие взрывной волны;
- г) огонь и искры.

4. Предприятия, занимающиеся обеззараживанием воды и очисткой промышленных и бытовых отходов, относятся к \_\_\_\_\_ объектам.

- а) пожароопасным;
- б) взрывоопасным;
- в) химически опасным;
- г) радиационно-опасным.

5. Специфическое противоядие, используемое для профилактики и лечения людей, пораженных ОВ, называется \_\_\_\_\_.

- а) индивидуальный противохимический пакет;
- б) антидот;
- в) изолирующие средства;
- г) дегазирующие составы.

6. Химическое вещество, прямое и опосредованное действие которого на человека может вызвать острое или хроническое заболевание людей или их гибель, - это \_\_\_\_\_.

- а) смертельная концентрация;
- б) аварийное соединение;
- в) токсическая доза;
- г) опасное химическое вещество.

7. Наиболее сильной проникающей способностью обладает:

- а) альфа-излучение;
  - б) бета излучение;
  - в) гамма излучение;
  - г) ультрафиолетовое излучение.
8. К основным поражающим факторам радиационных аварий не относятся ...
- а) вещества удушающего действия;
  - б) радиационное воздействие внешних и внутренних источников облучения;
  - в) воздействие внутреннего облучения от попавших в организм радионуклидов;
  - г) воздействие внешнего и рентгенологического облучения.
9. Наибольшую опасность радиоактивное воздействие представляет после выпадения в течение ...
- а) первых часов;
  - б) в течение 3-х суток;
  - в) в течение недели;
  - г) первые сутки.
10. Несоблюдение санитарно-гигиенических правил на предприятиях пищевой промышленности может привести к вспышкам инфекционных заболеваний:
- а) грипп;
  - б) ВИЧ-инфекция;
  - в) кишечные инфекции;
  - г) туберкулез.
11. К биологически опасным и вредным факторам техногенного происхождения относятся:
- а) патогенные микробы;
  - б) инфицированные растения;
  - в) бытовые отходы;
  - г) недостаточно очищенные сточные воды.
12. ЧС на гидродинамических опасных объектах, в результате которых могут произойти катастрофические затопления, называются ...
- а) авариями на пожаро-взрывоопасных объектах, в результате которых может произойти заражение воды;
  - б) авариями, связанными с резким повышением уровня воды в водоемах, вызывающие нарушения привычной жизнедеятельности людей;
  - в) авариями на химически опасных объектах, в результате которых может произойти заражение воды;
  - г) гидродинамическими авариями.
13. Сооружения или естественные образования, создающие разницу уровней воды до и после них, называются ...
- а) затором;
  - б) гидродинамически-опасным объектом;
  - в) пороговым механизмом;
  - г) порогом паводка.
14. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения, сопровождающиеся обрывами электрических проводов и замыканием могут привести к:
- а) инфекционным заболеваниям;
  - б) пожарам;
  - в) затоплению квартир;
  - г) взрывам.
15. Проникновение воды в подвал здания через канализационную сеть называется ...

- а) затоплением;
- б) зажором;
- в) затором;
- г) подтоплением.

16. Аварии на тепловых сетях в зимнее время года приводят к ...

- а) досрочным выборам местных органов власти;
- б) пересмотру платежей за электрическую энергию;
- в) экономии электроэнергии;
- г) невозможности проживания населения в неотапливаемых помещениях и его вынужденной эвакуации.

### Вариант №2.

Задание: выберите один правильный ответ.

1. Авария, сопровождающаяся разливом или выбросом АХОВ, способны привести к гибели или заражению людей, продовольствия, сельскохозяйственных животных и растений называется \_\_\_\_\_.

- а) биологической;
- б) химической;
- в) радиологической;
- г) гидрологической.

2. Наиболее тяжелые поражения при взрыве получают люди, находящиеся в момент прихода ударной волны:

- а) вне укрытий в положении стоя;
- б) вне укрытий в положении сидя;
- в) вне укрытий в положении пригнувшись;
- г) вне укрытий в положении сидя или пригнувшись.

3. Важнейшей характеристикой аварийно-химически опасных веществ являются ...

- а) токсичность;
- б) концентрация;
- в) летучесть;
- г) время воздействия.

4. К химически опасным объектам не относятся ...

- а) хранилища радиоактивных отходов;
- б) хранилища лакокрасочных продуктов;
- в) предприятия оборонной промышленности;
- г) предприятия нефтеперерабатывающей промышленности.

5. В зоне химического заражения при выбросе хлора необходимо защищать органы дыхания, предварительно пропитав ватно-марлевую повязку 2% раствором ...

- а) марганца;
- б) лимонной кислоты;
- в) питьевой соды;
- г) йода.

6. Последствиями аварий на химически опасных объектах являются ...

- а) разрушение зданий;
- б) разрушение наземных и подземных коммуникаций;
- в) резкое повышение или понижение атмосферного давления в зоне аварии;

г) заражение окружающей среды и массовое поражение людей.

7. Проникающая радиация может вызвать у людей:

- а) лучевую болезнь;
- б) поражение центральной нервной системы;
- в) поражение опорно-двигательного аппарата;
- г) нарушение памяти.

8. Местом, депонирования наиболее опасных радионуклидов в организме человека являются ...

- а) кишечник и гипофиз;
- б) желудок и поджелудочная железа;
- в) легкие и тимус;
- г) печень и яичники.

9. Самым опасным излучением для человека является ...

- а) гамма излучение б) альфа излучение;
- в) бета излучение;
- г) тепловое излучение.

10. Несоблюдение санитарно-гигиенических правил на водозаборах и водных источниках может привести к вспышке такой болезни, передающейся в основном водным путем, как:

- а) туберкулез;
- б) гепатит А;
- в) грипп;
- г) ангина.

11. Поражающими факторами биологических аварий являются ...

- а) ионизирующие частицы, вызывающие заражение;
- б) вирусы, бактерии и микробы;
- в) взрыв на предприятии;
- г) поток энергии заряженных частиц.

12. Взрыв плотины с образованием волн прорыва и катастрофического затопления относится к производственно-опасным явлениям с высвобождением \_\_\_\_\_ энергии

- а) радиационной;
- б) механической;

в) химической;

г) термической.

13. Основным следствием прорыва плотины при гидродинамических авариях является ...

а) катастрофическое затопление местности;

б) повреждение плотины;

в) паводок;

г) подтопление.

14. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения, сопровождающиеся утечкой бытового газа, могут привести к:

а) затоплению квартиры;

б) взрыву;

в) инфекционным болезням;

г) наркомании.

15. Неиспользованные газовые баллоны, как заполненные, так и пустые, необходимо хранить:

а) в подвале дома;

б) вне помещений жилого дома;

в) выше уровня человеческого роста;

г) в закрытом ящике.

16. При обнаружении утечки бытового газа необходимо позвонить по телефону:

а) 02;

в) 04;

б) 03;

г) 01.

### **Практическое занятие № 3.**

**Тема практического занятия:** Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций социального происхождения.

**Место проведения:** кабинет доклинической практики «Безопасность жизнедеятельности».

**Цель занятия:** формирование умения организации аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций социального происхождения.

## Методические указания.

1 Ознакомиться с теоретическим материалом.

2 Ответить на контрольные вопросы:

- 1) На какие группы подразделяются опасности социального характера?
- 2) Как снизить уровень криминализации общества?
- 3) К каким последствиям для организма приводит табакокурение?
- 4) Каковы правила профилактики заражения инфекционными заболеваниями?
- 5) Назовите возможные пути снижения социальных опасностей.
- 6) По каким признакам классифицируют современный терроризм?
- 7) Чем опасен терроризм и как его искоренить?

3 Изучить особую группу негативных воздействий - ЧС социального происхождения, получивших широкое распространение в обществе и угрожающие жизни и здоровью населения. Социальные опасности многочисленны и включают в себя военные конфликты, криминализацию общества, наркоманию, алкоголизм, табакокурение, суициды, инфекционные заболевания и т.д.

4 Научиться проводить профилактические мероприятия по предупреждению распространения инфекционных заболеваний, а также заболеваний передающихся половым путем.

5 Изучить формы, классификацию, основные направления, современные методы борьбы с международным, внутривластным, уголовным терроризмом.

6 Решить ситуационные задачи.

### **Задача 1.**

Вы уезжаете на некоторое время в отпуск. Перечислите меры, уменьшающие риск квартирных краж.

### **Задача 2.**

Вы возвращаетесь домой поздно вечером после занятий в университете. Опишите ваши действия для обеспечения личной безопасности и снижения риска нападения.

### **Задача 3.**

Во время крупного спортивного мероприятия на стадионе вы оказались в толпе фанатов. Опишите ваши действия для обеспечения личной безопасности и снижения риска получения травм.

### **Задача 4.**

Вы возвращаетесь на общественном транспорте домой в темное время суток, в вагоне не осталось пассажиров. Опишите ваши действия для обеспечения личной безопасности.

### **Задача 5.**

Вас захватили в заложники в здании кинотеатра. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?

### **Задача 6.**

Вас похитили злоумышленники. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?

**Задача 7.**

Назовите виды наказаний, назначаемые несовершеннолетним правонарушителям.

**Задача 8.**

В каком случае при правонарушении родители ребенка несут административную ответственность?

7 Выполнить тестовые задания по данной теме.

Вариант № 1.

Задание: выбрать правильные ответы.

1. Обстоятельства военного, криминального, политического и семейно-бытового характера относятся к ЧС:

- а) техногенного характера;
- б) природного характера;
- в) экологического характера;
- г) социального характера.

2. Терроризмом называется политика:

- а) невмешательства противоборствующих группировок;
- б) устрашения, подавления политических противников насильственными мерами;
- в) противоречие двух противоборствующих группировок;
- г) сотрудничество с противниками различными методами.

3. Городские явления, способствующие криминализации:

- а) культурно-массовые мероприятия;
- б) миграция населения;
- в) текучесть кадров на производстве;
- г) увеличение нервных нагрузок на человека;
- д) высокая плотность населения.

4. Дополнить. Форма разрешения противоречий экономического, национального, религиозного характера называется \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ конфликт.

5. Для обеспечения личной безопасности в вечернее время необходимо соблюдать следующие правила:

- а) назначать свидание в людных и освещенных местах;
- б) предупреждать родных и знакомых о своем маршруте или возвращении;
- в) внешний вид и поведение не должны быть вызывающими;
- г) иметь средства или знать способы самообороны;
- д) останавливать любое транспортное средство с просьбой подвезти.

6. Дополнить. Основные правила защиты своего жилища, препятствующие проникновению вора:

- а) \_\_\_\_\_;
- б) \_\_\_\_\_;
- в) \_\_\_\_\_;
- г) \_\_\_\_\_;
- д) \_\_\_\_\_.

7. Самым безопасным местом в доме для хранения ценных вещей является:

- а) морозилка холодильника;



- б) сливной бачок;
  - д) стопки белья в шкафу;
  - в) банки с крупой на кухне;
  - г) стопки книг в шкафу;
  - д) стопки белья в шкафу;
  - е) сейф.
8. К ЧС экономического характера относится:
- а) взяточничество;
  - б) недостаточная обеспеченность продовольствием;
  - в) коррупция;
  - г) незаконное присвоение недвижимости физического лица.
9. Дополнить. Лучшим способом самозащиты является \_\_\_\_\_.
10. К ЧС военного характера относится:
- а) неосторожное обращение с оружием;
  - б) локальный вооруженный конфликт;
  - в) захват заложников;
  - г) попадание в уличную перестрелку.
11. ЧС социального характера - это:
- а) пожар;
  - б) извержение вулкана;
  - в) вымогательство;
  - г) авария на транспорте.
12. Грабеж - это:
- а) нанесение побоев;
  - б) кража сумки из квартиры;
  - в) рывок сумки из рук;
  - г) отбирание имущества с угрозой применения ножа.
13. На автобусной остановке у Вас неизвестный вырвал из рук сумку и убежал. Вы:
- а) побежите за ним;
  - б) станете кричать и звать на помощь;
  - в) запомните приметы: рост, одежду, обувь и вызовете полицию;
  - г) выбежите на проезжую часть, остановите автомобиль, чтобы догнать преступника.
14. Вы собрались на рынок, имея крупную сумму денег. Как вы поступите с денежными средствами?
- а) все купюры положу в один наружный карман, чтобы удобнее было доставать;
  - б) сложу их в кошелек;
  - в) разложу купюры по разным местам, во внутренние карманы;
  - г) все купюры положу в один внутренний карман.
15. Вы пришли домой и заметили, что в квартире кто-то побывал (распахнута входная дверь, выбито окно и т.п.). Как вы поступите?
- а) войду в квартиру, проверю наличие вещей, и если все нормально, то никому ничего сообщать не буду;
  - б) войду в квартиру, осмотрюсь, установлю, какие вещи исчезли, о чем сообщу в полицию;
  - в) не буду входить в квартиру и вызову полицию по телефону;
  - г) войду в квартиру и сразу по телефону вызову полицию.

## Вариант № 2.

Задание: выбрать правильные ответы.

1. К ЧС политического характера относят:

- а) безработицу;
- б) уличные беспорядки;
- в) локальный вооруженный конфликт;
- г) захват заложников.

2. Наука о жертвах преступлений называется:

- а) виктимологией;
- б) валеологией;
- в) криминологией;
- г) психологией.

3. Для предупреждения квартирной кражи следует:

- а) укрепить дверь и окна;
- б) врезать надежный замок;
- в) поставить охранную сигнализацию;
- г) открывать двери незнакомым людям;
- д) не оставлять квартиру без присмотра.

4. Дополнить. Локальные военные действия относятся к \_\_\_ - \_\_\_ конфликту.

5. Для защиты вещей, на случай их похищения, рекомендуется:

- а) переписать их заводские номера или пометить условными значками;
- б) надежно спрятать в доме;
- в) сделать фотографии особо ценных вещей;
- г) оставлять их на видном месте;
- д) носить с собой.

6. Если при возвращении дверь вашей квартиры оказалась открытой, что следует предпринять:

- а) войти в квартиру и задержать грабителей;
- б) не входить в квартиру, пока не станет ясно, насколько это опасно;

- в) сообщить в милицию и наблюдать за квартирой;
- г) оповестить всех соседей;
- д) устроить засаду на лестнице.

7. Согласно статье 205 УК РФ лицо, совершившее акт терроризма, а также за угрозу теракта, предусмотрено наказание на срок от \_\_\_ лет:

- а) 5-10;
- б) 5-20;
- в) 3-7;
- г) 7-12

8. Дополнить. Чаще всего из дома похищают:

- а) \_\_\_\_\_;                                      г) \_\_\_\_\_;
- б) \_\_\_\_\_;                                      д) \_\_\_\_\_.
- в) \_\_\_\_\_;

9. К социальным ЧС семейно-бытового характера относится:

- а) взрыв бытового газа;
- б) возгорание электроприбора;
- в) конфликт с соседями;
- г) инфекционное заболевание членов семьи.

10. К социальным опасностям, связанным с физическим воздействием на человека, относится:

- а) венерическое заболевание;
- б) воровство;
- в) заложничество;
- г) суицид.

11. Выберите причину социальных опасностей:

- а) ненависть;
- б) социально-экономические процессы в обществе;
- в) зависть;
- г) межклассовое неравенство.

12. Разбой, это:

- а) причинение побоев;
- б) взлом двери квартиры и кража из нее имущества;
- в) рывок телефона из рук;
- г) отбирание имущества с угрозой применения ножа.

13. К социальным ЧС семейно-бытового характера относится:

- а) взрыв бытового газа;
- б) возгорание электроприбора;
- в) конфликт с соседями;
- г) инфекционное заболевание членов семьи.

14. Что нужно сделать, обнаружив предмет, похожий на взрывное устройство?

- а) взять его домой, чтобы лучше его рассмотреть и сохранить до приезда специалистов;
- б) позвать друзей и рассмотреть предмет вместе;
- в) не трогать его, предупредить окружающих и попросить сообщить о находке в полицию или любому должностному лицу;
- г) ничего не предпринимать.

15. Вы находитесь дома. В квартиру позвонили и на ваш вопрос: «Кто?» -

ответили: «Сантехник, необходимо перекрыть горячую воду, иначе зальет весь дом, а кран в вашей квартире». Ваши действия?

- а) открою дверь и впущу сантехника;
- б) не стану открывать дверь и позвоню в ЖЭК, чтобы выяснить сложившуюся ситуацию;
- в) через дверь отвечу, что общего крана горячей воды в квартире нет, он в подвале дома;
- г) предложу сантехнику прийти с полицейским.

#### **Практическое занятие № 4.**

**Тема практического занятия:** Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций военного времени.

**Место проведения:** кабинет доклинической практики «Безопасность жизнедеятельности».

**Цель занятия:** формирование умения организации аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций военного времени.

Методические указания.

1 Ознакомиться с теоретическим материалом.

2 Ответить на контрольные вопросы:

1) Назовите и охарактеризуйте поражающие факторы ядерного взрыва.

2) Что такое очаг ядерного взрыва?

3) Какой толщины должен быть слой стали, бетона и древесины, чтобы ослабить радиоактивное излучение в 2 раза?

4) Каковы основные средства и способы защиты от поражающих факторов ядерного оружия?

5) Сформулируйте правила поведения в очаге ядерного поражения.

6) Расскажите о химическом оружии, его составе, способах применения.

7) Охарактеризуйте нервно-паралитические БТХВ.

8) Назовите БТХМ, при поражении которыми наблюдается период скрытого действия.

9) Расскажите о способах защиты от БТХВ.

10) Каковы действия населения в очаге химического поражения?

11) Что входит в состав биологического оружия?

12) Какие биологические агенты используются для боевого применения?

13) Как определяют границы очага биологического поражения?

14) Каковы основные средства защиты населения от биологического оружия?

15) Назовите признаки применения противником биологического оружия.

16) Что такое дезинфекция, дезинсекция, дератизация?

3 Изучить принцип действия и назначение индивидуальных средств защиты органов дыхания (противогазы, респираторы, противопыльная тканевая маска, ватно-марлевая повязка) и кожи (изолирующие средства защиты кожи, фильтрующие средства защиты кожи, подручные средства защиты кожи).

4 Научиться производить подготовку к работе приборов радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля.

5 Отработать применение медицинских средств индивидуальной защиты, к которым относятся: аптечка индивидуальная; универсальная аптечка бытовая для населения, проживающего на радиационноопасных территориях; индивидуальные противохимические пакеты; пакет перевязочный медицинский.

6 Научиться планировать, организовывать и проводить эвакуационные мероприятия.

7 Выполнить тестовые задания по данной теме.

Задание: выберите один правильный ответ.

1. Оружие массового поражения, основанное на внутриядерной энергии – это:

- а) бактериологическое оружие;
- б) химическое оружие;
- в) ядерное оружие;
- г) лазерное оружие.

2. К коллективным средствам защиты относятся:

- а) противогаз;
- б) респиратор;
- в) ОЗК;
- г) простейшие укрытия.

3. Явление радиоактивного излучения открыл французский физик:

- а) Роберт Оппенгеймер;
- б) Антуан Беккерель;
- в) Жан Жак Руссо;
- г) Жерар Монтестье.

4. Первые испытания ядерного оружия произошли:

- а) 16 июля 1945г;
- б) 27 декабря 1918г;
- в) 6 августа 1942г;
- г) 9 мая 1941г.

5. Поток лучистой энергии, включающий ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи это:

- а) ударная волна;
- б) радиоактивное заражение;
- в) световое излучение;
- г) электромагнитный импульс.

6. Какой поражающий фактор не оказывает на человека непосредственного воздействия при применении ядерного оружия:

- а) проникающая радиация;
- б) световое излучение;
- в) электромагнитный импульс;
- г) ударная волна.

7. Основным поражающим фактором ядерного взрыва является:

- а) ударная волна;
- б) радиоактивное заражение;
- в) световое излучение;
- г) радиоактивное заражение.

8. Воздействие какого поражающего фактора ядерного взрыва может вызвать ожоги кожи, поражение глаз и пожары?

- а) проникающая радиация;
- б) электромагнитный импульс;
- в) световое излучение;

г) радиоактивное заражение.

9. Какова величина избыточного давления во фронте ударной волны в зоне средних разрушений?

- а) свыше 50 кПа;
- б) от 50 до 30 кПа;
- в) от 30 до 20 кПа;
- г) от 20 до 10 кПа.

10. При каком избыточном давлении ударной волны у людей возникают тяжёлые травмы, характеризующиеся сильными контузиями, переломами конечностей, травмами внутренних органов:

- а) 20-40 кПа;
- б) 40-60 кПа;
- в) свыше 60 кПа;
- г) свыше 100 кПа.

11. От воздействия ударной волны людей могут защитить:

- а) противогаз, респиратор;
- б) преграды, не пропускающие свет;
- в) общевойсковой защитный комплект;
- г) убежища и укрытия.

12. Какова мощность дозы излучения за время полного распада в зоне опасного заражения?

- а) 40-400 рад;
- б) 400-1200 рад;
- в) 1200-4000 рад;
- г) 4000 и более рад.

13. Через сколько часов после ядерного взрыва уровень радиации уменьшится в 10 раз?

- а) 4 часа;
- б) 5 часов;
- в) 7 часов;
- г) 49 часов.

14. Проникающая радиация – это;

- а) поток радиоактивных протонов;
- б) поток невидимых протонов;
- в) поток гамма-лучей и нейтронов;
- г) поток гамма-лучей и радиоактивных протонов.

15. Для защиты от проникающей радиации нужно использовать:

- а) противогаз, респиратор;
- б) преграды, не пропускающие свет;
- в) общевойсковой защитный комплект;
- г) убежища и укрытия.

16. Что необходимо провести для обеззараживания одежды и предметов от радиоактивных веществ?

- а) дегазацию;
- б) дезактивация

## Практическое занятие № 5.

**Тема практического занятия.** Основные задачи МЧС Российской Федерации в области гражданской обороны, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Основные мероприятия, проводимые гражданской обороной. Действия населения по сигналам гражданской обороны.

**Место проведения:** кабинет доклинической практики «Безопасность жизнедеятельности».

**Цель занятия:** формирование умения организации аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций военного времени.

Методические указания.

1 Ознакомиться с теоретическим материалом.

2 Ответить на контрольные вопросы:

1) Как действует единая Российская государственная система предупреждения и ликвидации стихийных бедствий и чрезвычайных ситуаций (РСЧС)?

2) Каковы режимы функционирования РСЧС?

3) Что включают в себя силы и средства РСЧС?

4) Как осуществляется руководство гражданской обороной (ГО) в Российской Федерации?

5) В чем заключаются основные задачи гражданской обороны?

6) Как организуется работа гражданской обороны объекта?

7) Каковы права и обязанности граждан России за участие в мероприятиях по защите людей, материальных ценностей и работах по ликвидации последствий ЧС?

8) Какова ответственность за недобросовестное выполнение или невыполнение законодательства РФ в области защиты населения и территории?

3 Изучить принципы функционирования, задачи единой Российской государственной системы предупреждения и ликвидации стихийных бедствий и чрезвычайных ситуаций.

4 Научиться производить подготовку к работе приборов радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля.

5 Отработать применение медицинских средств индивидуальной защиты.

6 Научиться планировать, организовывать и проводить аварийно-спасательные, эвакуационные, неотложные мероприятия.

7 Выполнить тестовые задания по данной теме.

Задание: выберите один правильный ответ.



1. Создание в стране условий для предотвращения или максимального снижения потерь и ущерба, сохранение объектов, необходимых для устойчивого функционирования экономики и выживания населения в военное время является ...
  - а) целью государственной политики в области ГО
  - б) функцией министерства по чрезвычайным ситуациям
  - в) задачей министерства обороны в военное время
2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) предназначена:
  - а) для защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и иного характера
  - б) обеспечения в мирное время защиты населения, территорий и окружающей среды, материальных и культурных ценностей государства
  - в) для обучения населения мерам защиты от воздействия вредных факторов
3. Основная цель функционирования РСЧС:
  - а) обеспечение гарантированной безопасности и условий нормальной жизнедеятельности человека, общества, государства при любых угрозах и воздействиях техногенного и природного характера
  - б) обеспечить безопасные условия труда
  - в) гарантировать безопасность человека на отдыхе
4. Создание ГО России и ее структурных подразделений:
  - а) 1951 г.
  - б) 1961 г.
  - в) 1971 г.
5. Год формирования Международной организации гражданской обороны-МОГО:
  - а) 1958 г.
  - б) 1971 г.
  - в) 1972 г.
6. Решение о проведении эвакуационных мероприятий в чрезвычайных ситуациях федерального уровня принимают:
  - а) органы государственной власти
  - б) органы местного самоуправления
  - в) правительство Российской Федерации
7. Принятие решения о привлечении вооруженных сил для ликвидации чрезвычайной ситуации принимают:
  - а) президент России
  - б) министерство по чрезвычайным ситуациям
  - в) министерство вооруженных сил
8. Общественные объединения участвуют при ликвидации чрезвычайной ситуации:
  - а) под руководством службы по чрезвычайным ситуациям
  - б) самостоятельно
  - в) под руководством местного самоуправления
9. Время создания Местной противовоздушной обороны (МПВО) СССР, положивший начало ГО России:
  - а) 24 февраля 1929 г.
  - б) 4 октября 1932 г.
  - в) 30 мая 1945 г.
10. Обучение работников организаций по действию в чрезвычайных ситуациях обязаны проводить:

- а) органы местного самоуправления
- б) организации
- в) служба по чрезвычайным ситуациям

### Практическое занятие № 6.

**Тема практического занятия.** Способы индивидуальных и коллективных средств защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Порядок аварийно-спасательных, эвакуационных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций.

**Место проведения:** кабинет доклинической практики «Безопасность жизнедеятельности».

**Цель занятия:** формирование умения организации аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций военного времени.

#### Методические указания.

- 1 Ознакомиться с теоретическим материалом.
- 2 Ответить на контрольные вопросы:
  - 1) Назовите основные способы защиты от ЧС?
  - 2) Каковы средства коллективной защиты от ЧС?
  - 3) Дайте классификацию убежищ по вместимости.
  - 4) Что необходимо взять с собой, направляясь в убежище?
  - 5) Каково назначение противорадиационных укрытий?
  - 6) Назовите укрытия простейшего типа.
  - 7) Объясните устройство щелей открытого и закрытого типа.
  - 8) Назовите основные виды индивидуальных средств защиты органов дыхания.
  - 9) Какие вы знаете средства защиты кожи?
  - 10) Что относится к медицинским средствам индивидуальной защиты?
- 3 Изучить принцип действия и назначение индивидуальных средств защиты органов дыхания (противогазы, респираторы, противопыльная тканевая маска, ватно-марлевая повязка) и кожи (изолирующие средства защиты кожи, фильтрующие средства защиты кожи, подручные средства защиты кожи).
- 4 Научиться производить подготовку к работе приборов радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля.
- 5 Отработать применение медицинских средств индивидуальной защиты, к которым относятся: аптечка индивидуальная; универсальная аптечка бытовая для населения, проживающего на радиационноопасных территориях; индивидуальные противохимические пакеты; пакет перевязочный медицинский.

6 Научиться планировать, организовывать и проводить аварийно-спасательные, эвакуационные, неотложные мероприятия.

7 Решить ситуационные задачи

Ситуационная задача №1. Вы находитесь в очаге катастрофы. Поступил сигнал «Угроза радиоактивного заражения».

Задание:

- написать алгоритм действия в данной ЧС;
- продемонстрировать способы использования СИЗ

Ситуационная задача №2. Вы находитесь в зоне боевых действий. Поступил сигнал: «Внимание химическая атака - иприт».

Задание:

- написать алгоритм действия в данной ЧС;
- продемонстрировать способы использования СИЗ

Ситуационная задача №3. Вы находитесь в зоне пожара. У Вас есть в наличии противогаз с комплектом дополнительных патронов.

Задание:

- написать алгоритм действия в данной ЧС;
- продемонстрировать способы использования СИЗ

Ситуационная задача №4. Вы находитесь в зоне боевых действий. Поступил сигнал: «Внимание химическая атака – синильная кислота».

Задание:

- написать алгоритм действия в данной ЧС;
- продемонстрировать способы использования СИЗ

8 Выполнить тестовые задания по данной теме.

Задание: выберите один правильный ответ.

1. К медицинским средствам защиты относятся:

- А) противогаз ГП-7
- Б) ватно-марлевая повязка
- В) КИМГЗ
- Г) респиратор

2. В КИМГЗ содержится антидот:

- А) тарен
- Б) фицилин
- В) амилнитрит
- Г) ацизол

3. В КИМГЗ содержится антибиотик широкого спектра действия :

- А) доксициклин
- В) пенициллин

- Б) тетрацилин      Г) сульфодиметоксин
4. Ватно-марлевою повязку для защиты от хлора смачивают:  
А) 2-5% р-р соды    Б) 2- 5% р-р уксусной или лимонной кислоты.  
В) Водой.            Г) 1% р-р хлорида натрия
5. Ватно-марлевою повязку для защиты от аммиака смачивают:  
А) 2-5% р-р соды.      В) 2- 5% р-р уксусной или лимонной кислоты.  
Б) водой.                Г) 1% р-р хлорида натрия
6. К простейшим средствам защиты органов дыхания относятся:  
А) изолирующий противогаз    В) ватно-марлевая повязка  
Б) фильтрующий противогаз    Г) респиратор
7. Противогаз ГП-7 не защищает от АХОВ:  
А) хлора                    В) синильной кислоты  
Б) угарного газа        Г) паров серной кислоты
8. Для защиты от ОВ высокой концентрации применяются средства защиты:  
А) фильтрующий противогаз    В) респиратор  
Б) промышленный противогаз    Г) изолирующий противогаз
9. Для защиты органов дыхания детей до 1,5 лет используют  
А) противогаз ГП-7            В) противогаз ПДФ-2Ш  
Б) противогаз ПДФ-2Д        Г) КЗД-6
10. Для защиты органов дыхания детей 7 лет используют  
А) противогаз ГП-7            В) противогаз ПДФ-2Ш  
Б) противогаз ПДФ-2Д        Г) КЗД-6
11. Для защиты от угарного газа ватно-марлевая повязка смачивается:  
А) 5% раствором лимонной кислоты    В) водой  
Б) 2% раствором питьевой соды        Г) 1% раствором хлорида натрия
12. Воздух очищается в фильтрующем противогазе за счет процесса:  
А) адсорбции                В) катализа  
Б) хемосорбции            Г) все ответы верны
13. Адсорбция в фильтрующей коробке противогаза это  
А) поглощение ОВ порами фильтра    В) удаление ОВ  
Б) ускорение удаления ОВ            Г) нейтрализация ОВ
14. Хемосорбция в фильтрующей коробке противогаза это  
А) поглощение ОВ порами фильтра    В) удаление ОВ  
Б) ускорение удаления ОВ            Г) нейтрализация ОВ
15. Катализ в фильтрующей коробке противогаза это

- А) поглощение ОВ порами фильтра                      Б) удаление ОВ  
В) ускорение удаление ОВ                                      Г) нейтрализация
16. К медицинским средствам защиты относятся:  
А) ватно-марлевая повязка                      В) пакет перевязочный индивидуальный  
Б) респиратор    Г) все перечисленное
17. В КИМГЗ для защиты от цианидов содержится антидот:  
А) ацизол    В)тарен  
Б) фицилин    Г) тиосульфат натрия
18. В КИМГЗ для защиты от раздражающих в-в содержится антидот :  
А) аммиак  
Б) фицилин  
В) тарен  
Г) тиосульфат натрия
19. В КИМГЗ для защиты щитовидной железы от радиации содержится :  
А) тиосульфат натрия  
Б) иодид калия  
В) аммиак  
Г) фицилин
20. КИМГЗ предназначен для оказания медицинской помощи при поражении :  
А) биологическими средствами  
Б) отравляющими веществами  
В) радиоактивными веществами  
Г) все ответы верны

### **Практическое занятие № 7 .**

**Тема практического занятия:** Обеспечение защитой рабочих и служащих, повышение надежности инженерно-технического комплекса в условиях чрезвычайных ситуаций.

**Место проведения:** кабинет доклинической практики «Безопасность жизнедеятельности».

**Цель занятия:** формирование знания факторов, определяющих стабильность функционирования технических систем и бытовых объектов.

Методические указания.

1 Ознакомиться с теоретическим материалом.

2 Ответить на контрольные вопросы:

1) Что относится к путям и способам защиты работников в условиях производственных аварий?

2) Какие существуют направления по повышению устойчивости объектов экономики?

3) Каковы особенности защиты работающих на производстве и населения?

4) Перечислите основные способы защиты ценного и уникального оборудования..

5) За счет чего достигается устойчивость функционирования технологического процесса?

6) Какие меры применяются против разрушения систем энергоснабжения при ЧС?

7) Перечислите основные меры защиты систем водоснабжения в условиях ЧС?

8) Каковы особенности защиты систем теплоснабжения при чрезвычайных ситуациях?

9) Какие противопожарные мероприятия проводятся для защиты рабочих и населения в условиях ЧС?

3 Изучить основные мероприятия, обеспечивающие защиту рабочих и служащих на объектах экономики в условиях чрезвычайных ситуаций.

4 Отработать порядок оказания помощи рабочим и служащим на объектах экономики в условиях чрезвычайных ситуаций.

5 Выполнить тестовые задания по данной теме.

Задание: выберите один правильный ответ.

1. Устойчивость работы объекта экономики – это.....

- а) накопление фонда защитных сооружений в соответствии с требованиями норм инженерно-технических мероприятий ГО;
- б) рассмотрение и решение вопросов материально-технического обеспечения, связанные с возможной эвакуацией людей;
- в) способность объекта выпускать установленные виды продукции в объемах и номенклатуре, предусмотренных соответствующими планами в условиях ЧС;
- г) приспособленность объекта к восстановлению в случае повреждения.

2. Показатели, характеризующие оценку устойчивости объекта к воздействию поражающих факторов различных чрезвычайных ситуаций:

- а) объективная оценка состояния объекта в результате ЧС;
- б) выявление наиболее вероятных угроз ЧС;
- в) штатная численность работников объекта;
- г) решительных действий по обеспечению устойчивости объекта;
- д) оценка поражающих факторов ЧС;
- е) определения максимальных значений поражающих параметров.

3. Факторы, характеризующие устойчивость функционирования объекта в условиях чрезвычайных ситуаций:

- а) проведение командно-штабных учений;
- б) способность противостоять воздействию поражающих факторов;

- в) временное расселение эвакуированного населения;
- г) восстановление здоровья людей и работоспособности объекта;
- д) ограничение или предотвращение угрозы жизни и здоровью персонала (населению); материального ущерба.

4. Устойчивость технической системы - это.....

- а) возможность сохранения системой работоспособности при ЧС;
- б) надежность установок и технологических комплексов;
- в) создание и совершенствование системы оповещения.

5. Одной из основных задач ГО является повышение устойчивости работы объектов экономики в военное время. Для этого, на каждом объекте заблаговременно организуется и проводится большой объем работ, направленных на повышение устойчивости работы объекта в условиях применения оружия массового поражения. Перечислите виды данных мероприятий:

- а) технологические;
- б) механические;
- в) взрывные;
- г) инженерно – технические;
- д) организационные.

6. Каковы последствия разрушения производственных зданий:

- а) повышается механическая стойкость конструкций;
- б) выход из строя коммуникаций;
- в) поломка станочного оборудования.

7. Мероприятия, составляющие основу плана - графика повышения устойчивости объекта- это:

- а) мероприятия по организации учета и распределения материальной помощи;
- б) мероприятия по осуществлению санитарной обработки;
- в) мероприятия по предотвращению или уменьшению последствий ЧС;
- г) мероприятия по обеспечению людей не загрязненными продуктами питания, водой.

8. Укажите из нижеперечисленных мероприятий те, которые относятся к инженерно-техническим:

- а) защита оборудования;
- б) эвакуация населения;
- в) обеспечение защиты рабочих и служащих от оружия массового поражения;
- г) защита объектов от пожаров.

9. Укажите один из основных способов защиты рабочих и служащих предприятия;

- а) повышение устойчивости материально-технического снабжения;
- б) учет руководством предприятия специфики производства при ЧС;
- в) укрытие персонала в защитных сооружениях (убежищах и укрытиях);
- г) все ответы верны.

10. Чем достигается повышение устойчивости функционирования объектов экономики?

- а) проведением организационных мероприятий;
- б) понижением производственных мощностей и объема выпускаемой продукции;
- в) главным образом за счет проведения организационно-технических мероприятий, которым всегда предшествует оценка (исследование) устойчивости функционирования конкретного объекта экономики.

### **Практическое занятие № 8.**

**Тема практического занятия:** Основные мероприятия по повышению устойчивости производства в условиях чрезвычайных ситуаций.

**Место проведения:** кабинет доклинической практики «Безопасность жизнедеятельности».

**Цель занятия:** формирование знания порядка подготовки объектов к переводу на аварийный режим работы и к восстановлению нарушенного производства.

Методические указания.

1 Ознакомиться с теоретическим материалом.

2 Ответить на контрольные вопросы:

- 1) Что следует понимать под устойчивостью работы объекта экономики?
- 2) Назовите основные этапы исследования устойчивости объекта экономики?
- 3) Какие объекты экономики относятся к категории опасных производственных объектов?
- 4) Назовите общие факторы, определяющие устойчивость работы объектов экономики.
- 5) На какие обстоятельства обращается внимание при изучении зданий и сооружений?
- 6) Назовите мероприятия по защите работников в условиях ЧС различного характера.
- 7) Какие факторы влияют на устойчивость объектов?
- 8) Какие мероприятия способствуют повышению устойчивости инженерно-технического комплекса и технологического оборудования?
- 9) Назовите мероприятия по повышению устойчивости управления производством.

3 Изучить основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики.



4 Отработать порядок подготовки объектов к переводу на аварийный режим работы и к восстановлению нарушенного производства.

5 Выполнить тестовые задания по данной теме.

Задание: выберите один правильный ответ.

1. Объект, на котором используют, производят, перерабатывают, хранят или транспортируют радиоактивные, пожаровзрывоопасные, опасные химические и биологические вещества (материалы), создающие реальную угрозу возникновения источника ЧС, либо применяют опасные технологические процессы, относится к:

- А) опасным промышленным объектам,
- Б) потенциально опасным объектам,
- В) критически важным объектам,
- Г) объектам, категоризованным по ГО.

2. Товарищества и акционерные общества по организационно-правовой форме относятся к:

- А) предприятиям, основанным на коллективной собственности;
- Б) предприятиям, основанным на частной собственности граждан;
- В) совместным предприятиям, создаваемым на основе объединения имущества его учредителей, пользующихся правами юридического лица;
- Г) арендным предприятиям.

3. К категории технически особо сложных объектов относятся....

- А) крупные склады для хранения нефти и нефтепродуктов (10 тыс. тонн);
- Б) тепловые электростанции мощностью 500 Мвт;
- В) крупные промышленные объекты с численностью занятых до 10 тысяч человек;
- Г) аэропорты с длиной взлетно-посадочной полосы 1800м

4. К категории технически особо сложных объектов не относятся....

- А) изотермические хранилища сжиженных газов;
- Б) тепловые электростанции мощностью свыше 600 Мвт;
- В) крупные промышленные объекты с численностью занятых на производстве 5 тысяч человек;
- Г) метрополитены.

5. Объекты, на которых получают, используются, перерабатываются, образуются, хранятся, транспортируются, уничтожаются воспламеняющиеся газы; окисляющие вещества; горючие вещества; взрывчатые вещества; токсичные вещества; высокотоксичные вещества; вещества, представляющие опасность для окружающей природной среды в количествах, превышающих установленные нормы, относятся:

- А) опасным промышленным объектам,
- Б) потенциально опасным объектам,
- В) критически важным объектам,
- Г) объектам, категоризованным по ГО.

6. По виду категоризации к объектам ГО относятся:

- А) объекты особой важности;
- Б) объекты полигенной опасности;
- В) критически важные объекты;
- Г) объекты местной обороны.

7. Декларация безопасности действующего промышленного объекта, утверждается:

- А) Руководителем лицензирующего органа
  - Б) Руководителем промышленного объекта
  - В) Руководителем органа управления по делам ГО и ЧС
  - Г) Решением комиссии по устойчивости промышленного объекта.
8. После ввода объекта в эксплуатацию или изменения действующих требований промышленной безопасности Декларация пересматривается не позднее:
- А) 3-х месяцев
  - Б) шести месяцев
  - В) 1 года
  - Г) 1,5 лет
9. Декларация безопасности пересматривается не реже:
- А) Каждый год
  - Б) 1 раза в 3 года
  - В) 1 раза в 5 лет
  - Г) 1 раза в 10 лет.
10. Территория в пределах границ республики, края, области или района, располагающаяся вне зон возможных разрушений, опасного радиоактивного, химического заражения, катастрофического затопления и пригодная для жизни местного и эвакуированного населения образует зону:
- А) санитарно-защитную;
  - Б) безопасного удаления;
  - В) загородную;
  - Г) первоочередного жизнеобеспечения.
11. Членение селитебной территории при планировании и застройке категорированных городов во избежание массовых пожаров предусматривает жилые районы площадью не более:
- А) 100 га;
  - Б) 250 га;
  - В) 500 га;
  - Г) 1000 га.
12. Ёмкость искусственных водоёмов в парках, садах, скверах для тушения пожаров принимается из расчёта – не менее:
- А) 3000 м<sup>3</sup>/км<sup>2</sup>
  - Б) 2000 м<sup>3</sup>/км<sup>2</sup>
  - В) 1500 м<sup>3</sup>/км<sup>2</sup>
  - Г) 1000 м<sup>3</sup>/км<sup>2</sup>.
13. Для уменьшения вероятности образования сплошных завалов в зоне возможно сильных разрушений расстояние между зданиями, расположенными на магистральных улицах категорированного города должно превышать высоту наиболее высокого жилого некаркасного здания на:
- А) 10 м;
  - Б) на 15 м;
  - В) на 20 м;
  - Г) на 25 м.
14. Суммарная мощность головных водозаборных сооружений для обеспечения водой населения категорированного города определяется из расчёта:
- А) 20 л/сут. на 1 чел.
  - Б) 50 л/сут. на 1 чел.

В) 80 л/сут. на 1 чел.

Г) 100 л/сут. на 1 чел.

15. Мероприятия по повышению устойчивости объекта экономики в ЧС считаются целесообразными, если суммарные затраты на них не превышают стоимость основных производственных фондов более, чем:

А) на 10-12%;

Б) на 5-10%;

В) на 2-3%;

Г) на 1-2%.

16. Сеть газопроводов на территории объекта должна быть проложена под землёй, на глубине не менее:

А) 0,5 - 1 м;

Б) 1 - 1,5 м;

В) 1,5 - 2 м;

Г) 2 - 2,5 м.

17. Устойчивость работы промышленного объекта – это:

А) приспособленность объекта к восстановлению в случае повреждения;

Б) рассмотрение и решение вопросов материально-технического обеспечения, связанные с возможной эвакуацией людей;

В) накопление фонда защитных сооружений в соответствии с требованиями норм инженерно-технических мероприятий ГО;

Г) способность объекта выпускать установленные виды продукции в объемах и номенклатуре, предусмотренных соответствующими планами в условиях ЧС.

18. Какие виды перечисленных мероприятий, не направлены на повышение устойчивости работы объекта в условиях применения оружия массового поражения?

А) инженерно-технические;

Б) механические;

В) технологические;

Г) организационные.

19. Какой из перечисленных признаков, характерен для общих факторов, влияющих на устойчивость объекта и подготовку его к работе в условиях ЧС:

А) здания и сооружения возводятся по типовым проектам, из унифицированных материалов;

Б) обязательное проведение технической экспертизы по объекту;

В) наличие материально-технической базы;

Г) наличие руководящего и технического персонала.

20. Перечислите возможные способы защиты оборудования на производстве?

А) крепление станков на фундаментах, повышающих их устойчивость к опрокидыванию;

Б) использовать защитные устройства (камеры, шатры, кожухи, зонты);

В) размещение некоторых видов наиболее ценного оборудования в заглубленных помещениях;

Г) все ответы верны.

## Практическое занятие № 9.

**Тема практического занятия:** Особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту. Порядок призыва на воинскую службу. Правовые основы, воинская обязанность, ее основные составляющие.

**Место проведения:** кабинет доклинической практики «Безопасность жизнедеятельности».

**Цель занятия:** формирование знания порядка прохождения военной службы по призыву и по контракту.

Методические указания.

1 Ознакомиться с теоретическим материалом.

2 Ответить на контрольные вопросы:

- 1) Объясните понятия «национальная безопасность» и «военная безопасность».
- 2) Какие мероприятия включает в себя организация обороны государства?
- 3) Какова роль Вооруженных Сил РФ в обеспечении национальной и военной безопасности страны?
- 4) Назовите виды Вооруженных Сил Российской Федерации.
- 5) Выделите основные задачи Вооруженных Сил Российской Федерации.
- 6) В чем заключаются особенности военной службы?
- 7) Каков порядок призыва на военную службу?
- 8) Что понимается под военно-патриотическим воспитанием?
- 9) Дайте характеристику боевым традициям Вооруженных Сил РФ.
- 10) Приведите исторические примеры воинского долга, храбрости и героизма воинов Вооруженных Сил РФ.

3 Изучить основные мероприятия по организации обороны государства.

4 Изучить порядок прохождения военной службы по призыву и по контракту.

5 Решить ситуационные задачи.

**1. Ситуационная задача.** Одинокая мать старшего сержанта С, который проходит службу по призыву, тяжело заболела и стала инвалидом второй группы. Кроме сына, близких родственников у нее нет. Имеет ли старший сержант С. право на досрочное увольнение с военной службы?

**2. Ситуационная задача.** Рядовой П. за угон автомобиля и нанесение тяжкого вреда здоровью пешеходу, которого он сбил, управляя угнанным автомобилем, осужден и приговорен к лишению свободы сроком на четыре года. До вынесения решения суда П. находился под следствием и с 4 августа 2006 г.

содержался на гарнизонной гауптвахте г. Рязани. Приговор был вынесен 5 апреля 2007 г. Имеет ли командир части, в которой проходил службу П., право уволить его, а если имеет, то с какой даты?

**3. Ситуационная задача.** Профессору кафедры военной истории Военного университета полковнику И. продлевали службу после достижения им предельного возраста. Общий срок продления составил 10 лет. На момент подписания приказа по Военному университету полковнику И. исполнилось 60 лет. К запасу какого разряда будет причислен полковник И.?

**4. Ситуационная задача.** Старший лейтенант медицинской службы запаса Станислава Ч. получила повестку из военного комиссариата о призыве на военные сборы. Насколько законно это решение военного комиссариата?

**5. Ситуационная задача.** Рядовой М. до призыва на военную службу посещал военно-патриотический клуб и готовил себя к военной службе. Имеет группу годности по состоянию здоровья «А». Занимаясь различными видами спорта, добился первого разряда по акробатике и борьбе «самбо», совершил 8 прыжков с парашютом, имеет устойчивые навыки ориентирования и автономного существования на природе. Характер ровный, сообразителен и смекалист. Какой группе военно-учетных специальностей соответствуют качества рядового М.?

6 Выполнить тестовые задания по данной теме.

Задание: выберите один правильный ответ.

1. В каком возрасте призываются мужчины на военную службу в Российскую армию?

- а) от 16 до 18 лет;
- б) от 18 до 27 лет;
- в) от 28 до 32 лет;
- г) от 33 до 35 лет.

2. В какие сроки осуществляется призыв граждан России на действительную военную службу?

- а) с 1 октября по 31 декабря;
- б) с 1 января по 31 марта
- в) с 1 апреля по 15 июля;
- г) в любые сроки.

3. Кто из граждан России освобождается от призыва на военную службу?

- а) признанные не годными или ограниченно годными к военной службе по состоянию здоровья;
- б) по личному желанию гражданина;
- в) прошедшие военную службу в вооружённых силах другого государства;
- г) имеющие неснятую судимость за совершение тяжкого преступления.

4. Какое наказание ожидает гражданина, уклоняющегося от призыва на военную или альтернативную службу в соответствии со статьёй 328 Уголовного Кодекса Российской Федерации?

- а) в виде лишения свободы на срок до 15 суток;

- б) в виде лишения свободы на срок до одного года;
  - в) в виде лишения свободы на срок до двух лет;
  - г) в виде лишения свободы на срок до трёх лет.
5. Каким требованиям должны отвечать граждане, принимаемые по контракту на военную службу?
- а) должны соответствовать основной группе здоровья;
  - б) должны соответствовать уровню образования 8-ми классов;
  - в) должны соответствовать медицинским, психологическим, физическим требованиям, службу по конкретным специальностям в соответствующих видах (родах) войск;
  - г) должны соответствовать уровню профессиональной и обще образовательной подготовки.
6. На какой срок заключается контракт для поступающих впервые на службу на должности солдат, сержантов и им равных?
- а) на один год;
  - б) на два года;
  - в) на три года;
  - г) на пять лет.
7. В каком году вступил в силу Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе»?
- а) с 1 января 2001 года;
  - б) с 1 января 2002 года;
  - в) с 1 января 2003 года;
  - г) с 1 января 2004 года.
8. В каких случаях предоставляется право на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой?
- а) в случае, если несение военной службы тяжело для гражданина;
  - б) в случае, если несение военной службы противоречит убеждениям гражданина;
  - в) в случае, если несение военной службы противоречит вероисповеданию гражданина;
  - г) в случае, если гражданин относился к коренному малочисленному народу, ведёт традиционный образ жизни, осуществляет традиционное хозяйство и занимается традиционными промыслами.
9. Что необходимо сделать каждому гражданину Российской Федерации, призванному на военную службу или поступившему на неё в добровольном порядке?
- а) не следует скрываться от службы;
  - б) не следует переутомляться;
  - в) следует беречь своё здоровье;
  - г) следует принять военную присягу.
10. Когда гражданин приносит военную присягу в современных условиях?
- а) когда предложат командиры;
  - б) когда захочет;
  - в) после прохождения начальной военной подготовки, но не позднее двух месяцев со дня прибытия в воинскую часть.
11. Что не распространяется до принятия военной присяги на военнослужащих, прибывших в своё подразделение (часть) для прохождения службы?
- а) не распространяются никакие команды;

- б) не может назначаться на воинские должности;
  - в) не может закрепляться вооружение и военная техника;
  - г) не может налагаться дисциплинарное взыскание в виде ареста.
12. Как регулируется конкретная служебная деятельность военнослужащих, их быт, учёба и повседневная деятельность?
- а) регулируется командным составом;
  - б) регулируются законами Российской Федерации;
  - в) регулируются воинскими уставами и нормативно-правовыми документами.
13. Что определяет дисциплинарный устав Вооружённых Сил Российской Федерации?
- а) проведение досуга военнослужащих;
  - б) философскую сущность воинской дисциплины;
  - в) сущность воинской дисциплины и обязанности военнослужащих по её соблюдению, а также виды поощрений и дисциплинарных взысканий;
  - г) права командиров (начальников) по применению дисциплинарного устава, а также порядок подачи и рассмотрение предложений, заявлений и жалоб.
14. Что определяет устав внутренней службы Вооружённых Сил Российской Федерации?
- а) порядок дежурства;
  - б) порядок прохождения медицинского освидетельствования военнослужащих;
  - в) определяет общие права и обязанности военнослужащих и взаимоотношения между ними;
  - г) определяет обязанности основных должностных лиц, правила внутреннего порядка и другие вопросы повседневной жизни и быта, подразделений и частей.
15. Какой устав используется на кораблях Военно-Морского Флота (ВМФ) России?
- а) морской устав;
  - б) устав Российского флота Петра I;
  - в) такой же, как и в сухопутных войсках;
  - г) на кораблях внутренняя служба и обязанности должностных лиц дополнительно определяются корабельным уставом (ВМФ).
16. Что определяет устав гарнизонной и караульной служб Вооружённых Сил Российской Федерации?
- а) прохождение границы России;
  - б) взаимоотношения между воином с оружием и воином без оружия;
  - в) права и обязанности должностных лиц гарнизона и военнообязанных, несущих эти службы, а также порядок проведения мероприятий в гарнизоне с участием подразделений и частей;
  - г) организацию и порядок несения гарнизонной и караульной служб.
17. Какие задачи решает строевой устав Вооружённых Сил Российской Федерации?
- а) задачи формирования характера;
  - б) конкретизирует задачи общеобразовательных дисциплин;
  - в) определяет приёмы, строй подразделений и частей;
  - г) определяет порядок движения и действий подразделений и частей в различных условиях.
18. Что собой представляет статус военнослужащего в Российской Федерации?
- а) до конца не определён;
  - б) даёт возможность носить военную форму;

- в) совокупность прав, свобод, обязанностей и ответственности военнослужащих, установленных законодательством и гарантированных государством;
- г) на военнослужащих распространяется общее для всех законодательство, а также специальное военное законодательство.

19. Какие ограничения вводятся по отношению к военнослужащим в соответствии с законодательством Российской Федерации?

- а) какие-либо ограничения отсутствуют;
- б) запрещение бастовать, пикетировать;
- в) запрещение на участие в политических акциях и занятиях коммерческой деятельностью.

20. Какую ответственность несут военнослужащие за совершенные правонарушения?

- а) не несут никакой ответственности;
- б) за проступки, связанные с нарушением воинской дисциплины, норм морали и чести, они несут дисциплинарную ответственность, которая установлена в соответствии с Дисциплинарным уставом;
- в) военнослужащие могут быть привлечены к материальной ответственности за причиненный ущерб государству при исполнении обязанностей военной службы;
- г) за совершение преступления военнослужащие могут привлекаться к уголовной ответственности.

## **Практическое занятие № 10.**

**Тема практического занятия:** Профилактика неблагоприятного воздействия факторов окружающей среды на здоровье человека.

**Место проведения:** кабинет доклинической практики «Безопасность жизнедеятельности».

**Цель занятия:** формирование знания факторов, определяющих здоровье человека.

Методические указания.

1 Ознакомиться с теоретическим материалом.

2 Ответить на контрольные вопросы:

- 1) Каковы основные составляющие здорового образа жизни человека?
- 2) Роль мотивации к созданию индивидуальной системы здорового образа жизни.
- 3) Какую роль режим жизнедеятельности играет в формировании здоровья человека?
- 4) Что такое оптимальный двигательный режим?
- 5) Какое влияние оказывает общая гигиена организма на здоровья человека?
- 6) Что такое биологические ритмы?
- 7) Основные виды и правила закаливания.



- 8) Влияние рационального питания на здоровье человека.
  - 9) Как вредные привычки влияют на здоровье человека?
  - 10) Негативное влияние загрязнения окружающей среды на человека.
  - 11) Влияние наследственности на здоровье человека.
  - 12) Утомление, стресс, гиподинамия - факторы риска для здоровья.
- 3 Изучить условия формирования здоровья человека.
  - 4 Изучить факторы риска для здоровья.
  - 5 Выполнить тестовые задания по данной теме.

Вариант 1.

Задание: выберите один правильный ответ.

1. Образование раковых опухолей у курильщиков вызывает:
  - а) Радиоактивные вещества, содержащиеся в табаке +
  - б) Эфирные масла, содержащиеся в табаке
  - в) Цианистый водород, содержащийся в табаке
2. Начинаящий курильщик быстро привыкает к веществу, содержащемуся в табаке. Признаками острого отравления им являются: головокружение, кашель, тошнота, горечь во рту, слабость, недомогание, бледность лица. О каком веществе идет речь:
  - а) Фенол
  - б) Никотин
  - в) Угарный газ
3. Хроническим заболеванием дыхательных путей страдают столько % курильщиков:
  - а) 55
  - б) 25
  - в) 80
4. Пассивный курильщик:
  - а) Находящийся в одном помещении с курильщиком
  - б) Выкуривающий 2 сигареты в день
  - в) Выкуривающий 1 сигарету в день
5. Табачный дым у пассивного курильщика вызывает:
  - а) Головную боль
  - б) Снижение работоспособности
  - в) Быстрое утомление

6. Как влияет курение на органы нашего пищеварения:

- а) Способствует возникновению аппендицита
- б) Угнетает перистальтику кишечника
- в) Снижает аппетит, способствует развитию гастрита и язвы

7. Как влияет курение на органы нашего пищеварения:

- а) Снижает аппетит, способствует развитию гастрита и язвы
- б) Способствует возникновению аппендицита
- в) Вызывает перерождение клеток печени

8. Каково влияние курения на органы дыхания:

- а) Вызывает заболевание воздухоносных путей и предрасположение к туберкулезу легких
- б) Предрасположенность к дифтерии
- в) Злокачественное перерождение тканей гортани и бронхов

9. Каково влияние никотина на кровеносные сосуды:

- а) Увеличивает проницаемость капилляров
- б) Расширяет мелкие артерии
- в) Резко сужает мелкие артерии

10. Одно из наиболее частых заболеваний, которые связаны с сосудосуживающим действием никотина:

- а) Расширение вен нижних конечностей
- б) Инфаркт миокарда
- в) Кровоточивость из носа и ушей

11. Одно из наиболее частых заболеваний, которые связаны с сосудосуживающим действием никотина:

- а) Переживающая хромота или гангрена конечности
- б) Кровоточивость из носа и ушей
- в) Гипотония

12. В каких органах разлагается алкоголь:

- а) В кишечнике
- б) В печени
- в) В головном мозге

13. Алкоголь влияет на работу головного мозга таким образом:

- а) Затормаживает
- б) Возбуждает
- в) Улучшает память

14. Почему употребление алкоголя особенно опасно в подростковом возрасте:

- а) Не завершилось развитие головного мозга

- б) Печень функционирует не в полной мере
- в) Алкоголизм развивается быстрее, чем у взрослых

15. По каким признакам можно узнать человека, страдающего алкоголизмом:

- а) Отсутствие меры при употреблении спиртного
- б) Повышенная работоспособность
- в) Приподнятое настроение

16. Систематическое употребление спиртных напитков на протяжении длительного времени, всегда сопровождающееся выраженным опьянением:

- а) Алкоголизм
- б) Пьянство
- в) Алкогольное опьянение

17. Употребление какого количества алкоголя может привести к алкогольному отравлению:

- а) 200 гр.
- б) 300 гр.
- в) 500 гр. и больше

18. Из представленных симптомов выберите те, которые являются признаками алкогольного опьянения:

- а) Головокружение
- б) Пожелтение кожи
- в) Ухудшение слуха

19. Алкоголь, попавший в организм человека:

- а) Быстро выводится вместе с мочой
- б) Никогда не выводится из организма
- в) Растворяется в крови и разносится по всему организму, оказывая разрушительное действие на все ткани и органы

20. Каково влияние алкоголя на органы пищеварения:

- а) Резко угнетает функцию поджелудочной железы
- б) Способствует развитию гастрита, язвы, рака желудка
- в) Способствует возникновению туберкулеза толстого кишечника

## Вариант 2.

Задание: выберите правильные ответы.

1. Каково влияние алкоголя на печень:

- а) Продукты его метаболизма разрушает клетки печени
- б) Продукты его метаболизма разрушает желчный пузырь
- в) Вызывает прямое повреждение печени алкоголем или его продуктами метаболизма

2. Каково влияние алкоголя на зрение:
- а) Возможно воспаление зрительного нерва
  - б) Нарушение цветоощущения
  - в) Снижается острота зрения
3. Каково влияние алкоголя и других наркотиков на вестибулярный аппарат:
- а) Разрастание эпителия внутри полукружных каналов
  - б) Нарушение слуха
  - в) Угнетение функции, нарушение равновесия
4. Каково влияние алкоголя, никотина и наркотиков на обмен веществ:
- а) Отравляют организм, не вмешиваясь в обмен веществ
  - б) «Внедряются» в нормальный обмен и, оставаясь ядами, становятся необходимыми организму, возникает зависимость от них
  - в) Угнетают обмен белков и углеводов
5. Употребление одурманивающих веществ приводит к хроническому отравлению организма:
- а) Немного увеличивается работоспособность
  - б) Резко увеличивается работоспособность
  - в) Поражается нервная система
6. Употребление одурманивающих веществ приводит к хроническому отравлению организма:
- а) Резко увеличивается работоспособность
  - б) Разрушается головной мозг
  - в) Немного увеличивается работоспособность
7. Болезни, возникающие в результате злоупотребления веществами, вызывающими кратковременное чувство благополучного психического состояния:
- а) Токсикомания
  - б) Пищевое отравление
  - в) Наркомания
8. Какое влияние на организм оказывают наркотические вещества:
- а) Стимулируют обменные процессы
  - б) Активизируют работу мозга
  - в) Вызывают зависимость от их применения
9. Заболевания, которое сопутствует наркомании:
- а) СПИД
  - б) Дизентерия
  - в) Сахарный диабет
10. Из представленных лекарственных средств выберите наркотический препарат:
- а) Кодеин

- б) Кокаин
- в) Аспирин

11. Образование раковых опухолей у курильщиков вызывает:

- а) Радиоактивные вещества, содержащиеся в табаке
- б) Эфирные масла, содержащиеся в табаке
- в) Цианистый водород, содержащийся в табаке

12. Начинаящий курильщик быстро привыкает к веществу, содержащемуся в табаке. Признаками острого отравления им являются: головокружение, кашель, тошнота, горечь во рту, слабость, недомогание, бледность лица. О каком веществе идет речь:

- а) Фенол
- б) Никотин
- в) Угарный газ

13. Хроническим заболеванием дыхательных путей страдают столько % курильщиков:

- а) 55
- б) 25
- в) 80

14. Пассивный курильщик:

- а) Находящийся в одном помещении с курильщиком
- б) Выкуривающий 2 сигареты в день
- в) Выкуривающий 1 сигарету в день

15. Табачный дым у пассивного курильщика вызывает:

- а) Головную боль
- б) Снижение работоспособности
- в) Быстрое утомление

16. Выберите психологические факторы, которые могут стать причиной употребления наркотиков?

- а) Неумение противостоять мнению или действиям компании +
- б) Повышенная эмоциональная реакция
- в) Замкнутость

17. Выберите, что относится к наркотическим препаратам:

- а) Аспирин
- б) Кодеин
- в) Кокаин

18. Из перечисленных ниже признаков, выберите, указывающий, на наркотическое отравление:

- а) Тошнота и рвота

- б) Головокружение
- в) Сужение зрачков и ослабление их реакции на свет
- г) Кровотечение из носа
- д) Насморк
- е) Горечь во рту

19. Три основных признака наркомании и токсикомании следующие:

- а) Психическая и физическая зависимости, изменение чувствительности к наркотику
- б) Вкусовая и биологическая зависимость
- в) Зрительная и химическая зависимость, изменение материального положения

20. Выберите названия тех веществ, которые обладают наркотическим действием:

- а) Поваренная соль
- б) Кокаин
- в) Опиум
- г) Эфедрин
- д) Сахароза
- е) Этиловый спирт
- ж) Крахмал

### **Практическое занятие №11 .**

**Тема практического занятия:** Общие правила оказания первой медицинской помощи. Отработка практических навыков остановки кровотечений, иммобилизации конечностей подручными средствами, транспортировки пострадавших.

**Место проведения:** кабинет доклинической практики «Безопасность жизнедеятельности».

**Цель занятия:** формирование умения оказания первой медицинской помощи при кровотечениях, травмах опорно-двигательного аппарата, отравлении АХОВ и ожогах.

Методические указания.

1 Ознакомиться с теоретическим материалом.

2 Ответить на контрольные вопросы:

- 1) Какие задачи должна решать первая медицинская помощь?
- 2) Какие признаки характеризуют потерю пострадавшим человеком сознания, какая медицинская помощь оказывается при этом?
- 3) Основные виды повязок.
- 4) Виды кровотечений.

5) Какова медицинская помощь и особенности транспортировки при различных видах переломов?

6) Какая первая медицинская помощь должна быть оказана пострадавшему с термическим ожогом 2 степени тяжести?

7) Первая медицинская помощь при обморожениях.

8) Какая помощь оказывается при тяжелых электротравмах?

9) Особенности оказания первой медицинской помощи при отравлении АХОВ.

3 Изучить способы обработки ран при ранениях, ожогах, обморожениях, электротравмах.

4 Отработать правила наложения основных видов повязок.

5 Научиться транспортировать пострадавших при различных видах переломов.

6 Выполнить тестовые задания по данной теме.

#### Вариант 1.

Задание: выберите один правильный ответ.

1. Каковы признаки наружного артериального кровотечения?

- а) быстрое и пульсирующее кровотечение;
- б) кровь сочится по каплям;
- в) медленное и тягучее кровотечение;
- г) кровь темно-красного цвета.

2. Артериальное кровотечение из сосудов верхних и нижних конечностей останавливают в два этапа:

а) прижимают артерию чуть ниже места повреждения, после остановки кровотечения накладывают давящую повязку;

б) накладывают давящую повязку;

в) прижимают артерию выше места повреждения к кости, а затем накладывают стандартный или импровизированный жгут.

3. Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?

- а) кровь ярко-красного цвета;
- б) кровь спокойно вытекает из раны;
- в) кровь сочится по каплям;
- г) кровь фонтанирует из раны.

4. Перед наложением давящей повязки на руку необходимо:

- а) обработать руку йодом;
- б) обработать края раны йодом, перекисью водорода или слабым раствором марганцовки;
- в) промыть руку водой и обработать ее зеленкой;

5. Максимальное время наложения жгута летом:

- а) 60 минут;
- б) 120 минут;
- в) 45 минут;
- г) 30 минут.

6. Как правильно наложить кровоостанавливающий жгут?

- а) ниже места повреждения;
- б) выше места повреждения;
- в) всё равно, главное, чтобы на голое тело;
- г) на место повреждения.

7. Найдите ошибку в признаках наружного артериального кровотечения:

- а) кровь фонтанирует из раны;
- б) медленное и тягучее кровотечение;
- в) сильная боль в поврежденной части тела;
- г) кровь ярко-красного цвета;

8. Кровотечения бывают следующих видов:

- а) легочное, венозное, носовое;
- б) поверхностное, глубокое, смешанное;
- в) венозное, артериальное, капиллярное;

9. Найдите ошибку, допущенную при перечислении назначения повязки:

- а) повязка уменьшают боль;
- б) повязка предохраняет рану от воздействия воздушной среды;
- в) повязка предохраняет рану от загрязнений;
- г) повязка закрывает рану.

10. Самым надежным способом остановки кровотечения в случае повреждения крупных артериальных сосудов рук и ног является:

- а) наложение жгута;
- б) обработка раны перекисью водорода;
- в) наложение давящей повязки;
- г) пальцевое прижатие;

11. При внутреннем кровотечении необходимо:

- а) наложить давящую повязку;
- б) приложить тепло к возможному месту кровотечения;
- в) приложить холод к возможному месту кровотечения;
- г) ничего не делать.

12. Признаки капиллярного кровотечения:

- а) кровь ярко-алая, бьёт фонтаном;
- б) кровь сочится по каплям;
- в) кровь тёмно-вишнёвая, вытекает сплошной лентой;
- г) нет кровотечения.

13. В чем заключается оказание первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах?



- а) залить рану раствором йода и наложить стерильную повязку;
- б) наложить жгут;
- в) обработать края раны раствором йода и наложить стерильную повязку;
- г) обработать края раны раствором йода.

## Вариант 2.

Задание: выберите один правильный ответ.

1. Что такое гипоксия?

- а) кислородное голодание;
- б) обезвоживание организма;
- в) перегрев организма;
- г) охлаждение организма;
- д) тепловое облучение.

2. Кровотечение это –

- а) отравление АХОВ;
- б) дыхательная функция;
- в) повышенное артериальное давление;
- г) истечение крови из кровеносных сосудов при нарушении целостности их стенки;
- д) перелом кости.

3. Подключичная артерия при кровотечении из нее прижимается к:

- а) углу нижней челюсти;
- б) ключице;
- в) VI шейному позвонку;
- г) I ребру.

4. При ранении сонной артерии необходимо срочно:

- а) наложить тугую повязку;
- б) наложить жгут;
- в) зажать пальцем артерию ниже раны.

5. При ранении кровь течёт непрерывной струёй. Это кровотечение -

- а) паренхиматозное;
- б) венозное;
- в) капиллярное;
- г) артериальное.

6. Характерные признаки артериального кровотечения:

- а) кровь тёмного цвета, вытекает ровной струёй;
- б) кровь алого цвета, вытекает пульсирующей струёй;
- в) кровоточит вся поверхность, вытекает в виде небольших капель.

7. Артериальное кровотечение возникает при:

- а) повреждении какой-либо артерии при глубоком ранении;
- б) поверхностном ранении;
- в) неглубоком ранении в случае повреждения любого из сосудов.

8. Уменьшения кровотечения приданием возвышенного положения поврежденной конечности главным образом применяется при:

- а) внутреннем кровотечении;
- б) поверхностных ранениях;

в) любых ранениях конечности.

9. Самым надежным способом остановки кровотечения в случае повреждения крупных артериальных сосудов рук и ног является:

- а) наложение давящей повязки;
- б) пальцевое прижатие;
- в) максимальное сгибание конечности;
- г) наложение жгута.

10. При открытом переломе конечности с сильным кровотечением необходимо в первую очередь:

- а) обработать край раны йодом;
- б) провести иммобилизацию конечности;
- в) промыть рану перекисью водорода;
- г) остановить кровотечение.

11. Для расчета величины кровопотери на догоспитальном этапе:

- а) используются приблизительные методы;
- б) используются измерение ОЦК;
- в) используются изменение цветового показателя.

12. Пальцевое прижатие артерий можно использовать:

- а) для увеличения резерва времени, необходимого для подготовки других средств остановки кровотечения;
- б) для транспортировки пораженного в стационар на дальнейшее расстояние;
- в) в тех случаях, когда нет возможности провести тугую тампонаду раны;
- г) для того, чтобы исключить из кровообращения весь расположенный дистальнее участок конечности.

13. Пальцевое прижатие плечевой артерии производится:

- а) плечевой сустав с лопаткой отводят кзади-вниз и фиксируют руку в локтевом суставе;
- б) прижимается четырьмя пальцами к кости в нижней трети;
- в) прижимается плечом самого пораженного;
- г) прижатием большого пальца к головке кости.

## Практическое занятие № 12.

**Тема практического занятия:** Основные принципы проведения неотложных реанимационных мероприятий. Отработка практических навыков проведения сердечно-легочной реанимации, противошоковых мероприятий.

**Место проведения:** кабинет доклинической практики «Безопасность жизнедеятельности».

**Цель занятия:** формирование умения проведения сердечно-легочной реанимации, основных противошоковых мероприятий.

Методические указания.

1 Ознакомиться с теоретическим материалом.

2 Ответить на контрольные вопросы:

1) Классификация кровотечений.

2) Основные способы остановки кровотечений.

3) В каких случаях развивается травматический шок?

4) Первая медицинская помощь при обмороках, коллапсе, болевом шоке.

5) Назовите основные противошоковые мероприятия и способы их проведения.

6) Какие признаки характеризуют потерю пострадавшим человеком сознания, какая медицинская помощь оказывается при этом?

7) Признаки клинической смерти, основные способы реанимационных мероприятий.

8) Методика проведения непрямого массажа сердца.

9) Каковы способы проведения искусственной вентиляции легких?

3 Изучить противошоковые мероприятия, способы остановки кровотечений, развившихся вследствие проникающих ранений, переломов и т.д.

4 Отработать способы проведения сердечно-легочной реанимации (непрямого массажа сердца, искусственной вентиляции легких).

5 Выполнить тестовые задания по данной теме.

Вариант №1.

Задание: выберите правильные ответы.

1. Назовите причины травматического шока:

а) обморок, коллапс, шок;

б) кровотечение, болевой фактор;

в) испуг, потеря сознания;

- г) резкая смена положения, интоксикация;
  - д) оглушение, сопор, кома.
2. Оптимальным положением для пораженного с шоком является:
- а) положение на боку;
  - б) полусидячее, возвышенное положение;
  - в) положение с приподнятыми конечностями;
  - г) положение лежа на жесткой поверхности.
3. Индекс Алговера применяется для определения:
- а) дыхательной недостаточности;
  - б) коматозного состояния;
  - в) травматического шока;
  - г) объема кровопотери.
4. При шоке:
- а) выключается капиллярная сеть на периферии;
  - б) увеличивается ОЦК;
  - в) уменьшается ОЦК;
  - г) наблюдается дыхательный тип гипоксии.
  - г) наблюдается дыхательный тип гипоксии.
5. Противошоковые мероприятия необходимо начинать:
- а) при развитии терминального состояния;
  - б) при оказании ПВП;
  - в) при оказании ПМП;
  - г) после перемещения межклеточной жидкости в сосудистое русло.
6. Остановка наружного кровотечения на месте происшествия:
- а) единственно правильной тактикой является экстренная госпитализация на фоне интенсивного восполнения кровопотери;
  - б) производится в стационаре с помощью незамедлительной операции;
  - в) на догоспитальном этапе осуществляется временными способами;
  - г) производится при оказании ПВП.

7. Наложение окклюзионной повязки показано пораженному при:
- а) закрытом пневмотораксе;
  - б) открытом пневмотораксе;
  - в) внутреннем клапанном пневмотораксе;
  - г) гемотораксе.
8. При открытых переломах первоначально:
- а) производится репозиция;
  - б) производится транспортная иммобилизация;
  - в) накладываются стерильные повязки.
9. При критических нарушениях кровообращения возмещение дефицита ОЦК должно:
- а) проводится при оказании КМП;
  - б) проводится на втором этапе эвакуации;
  - в) проводится в стационаре;
  - г) предшествовать обезболиванию и иммобилизации.
10. Тяжесть состояния больного при кровопотере зависит от:
- а) снижения кислородной емкости, которая определяется уменьшением количества гемоглобина;
  - б) своевременности проведения репозиции;
  - в) резкого снижения ОЦК;
  - г) увеличения диуреза.
11. В патогенезе травматического шока у пораженных необходимо учитывать:
- а) острую кровопотерю;
  - б) повышение минутного объема крови;
  - в) повышение перфузии тканей;
  - г) недостаточную эффективность насосной функции сердца.
12. Наиболее опасны при шоке изменения в системе:
- а) дыхательной;
  - б) кровообращения;
  - в) микроциркуляции;
  - г) ЦНС.

Вариант №2.

Задание: выберите правильные ответы.

1. Стадии развития травматического шока:

- а) терминальная;
- б) возбуждения;
- в) преагональная;
- г) агональная;
- д) торможения.

2. Симптомы травматического шока стадии возбуждения:

- а) заторможенность;
- б) возбуждение;
- в) артериальное давление повышено;
- г) артериальное давление снижено;
- д) маскообразное выражение лица.

3. Симптомы травматического шока стадии торможения:

- а) заторможенность;
- б) возбуждение;
- в) артериальное давление повышено;
- г) артериальное давление снижено;
- д) пульс напряжен.

4. Установите правильную последовательность оказания первой доврачебной помощи при травматическом шоке:

- А. Умеренное согревание пострадавшего.
- Б. Прием обезболивающего.
- В. Транспортная иммобилизация при переломах и обширных травмах.
- Г. Наложение асептической повязки на рану.
- Д. Временная остановка кровотечения с помощью давящей повязки или жгута.
- Е. Транспортировка в лечебное учреждение.

5. Первая помощь при травматическом шоке:

- а) прием обезболивающего;
- б) прием снотворного;
- в) прием возбуждающих средств (кофеин);
- г) остановка кровотечения;
- д) транспортная иммобилизация при переломе;
- е) обильное питье с добавлением питьевой соды;
- ж) искусственная вентиляция легких.

6. ... — общая реакция организма в ответ на чрезвычайные раздражители, выражающаяся в резком угнетении деятельности центральной нервной системы, кровообращения, обмена веществ, дыхательной системы и катастрофическом снижении артериального давления.

7. Причины потери сознания:

- а) черепно-мозговая травма;
- б) отравление алкоголем;
- в) капиллярное кровотечение;
- г) инородное тело носа;
- д) острый гастрит.

8. Признаки жизни:

- а) наличие пульса на артериях;

- б) трупное окоченение;
  - в) помутнение и высыхание роговицы глаз;
  - г) наличие реакции зрачков на свет.
9. В первую очередь при открытых переломах:
- а) производится транспортная иммобилизация;
  - б) производится репозиция;
  - в) накладывается стерильная повязка;
  - г) производится обезболивание.
10. Потеря крови при травматическом шоке формирует:
- а) гиповолемический компонент шока;
  - б) нормоволемический компонент шока;
  - в) болевой компонент шока;
  - г) рост ЦВД.
11. Начинать противошоковые мероприятия необходимо:
- а) при оказании ПВП;
  - б) при оказании ПМП;
  - в) после перемещения межклеточной жидкости в сосудистое русло;
  - г) при развитии терминального состояния.
12. Основные причины травматического шока:
- а) интоксикация;
  - б) коллапс, шок, обморок;
  - в) болевой фактор, кровотечение;
  - г) сопор, кома, оглушение.

#### Рекомендуемая литература

##### Основная литература:

1 Почекаева, Елена Ивановна. Экология человека и безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебное пособие / под ред. Ю. В. Новикова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2018. - 250 с.

2 Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : Учебное пособие для СПО / Г. В. Тягунов [и др.]; ред. В. С. Цепелева. - Безопасность жизнедеятельности ; 2029-09-11. - Саратов, Екатеринбург : Профобразование, Уральский федеральный университет, 2019. - 235 с.

##### Дополнительная литература:

1 Безопасность жизнедеятельности. Практикум : Учебное пособие Для СПО / под общ. ред. Вишнякова Я.Д. - Москва : Издательство Юрайт, 2019. - 249.

2 Каракеян, Валерий Иванович. Безопасность жизнедеятельности : Учебник и практикум Для СПО / Каракеян В. И., Никулина И. М. - 3-е изд. ; пер. и доп. - Москва : Издательство Юрайт, 2019. - 313.

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения учебной дисциплины:

1. <http://www.bti.secna.ru/bgd/book/vved.html>
2. <http://www.vuzlib.org/beta3/html/1/26795/>